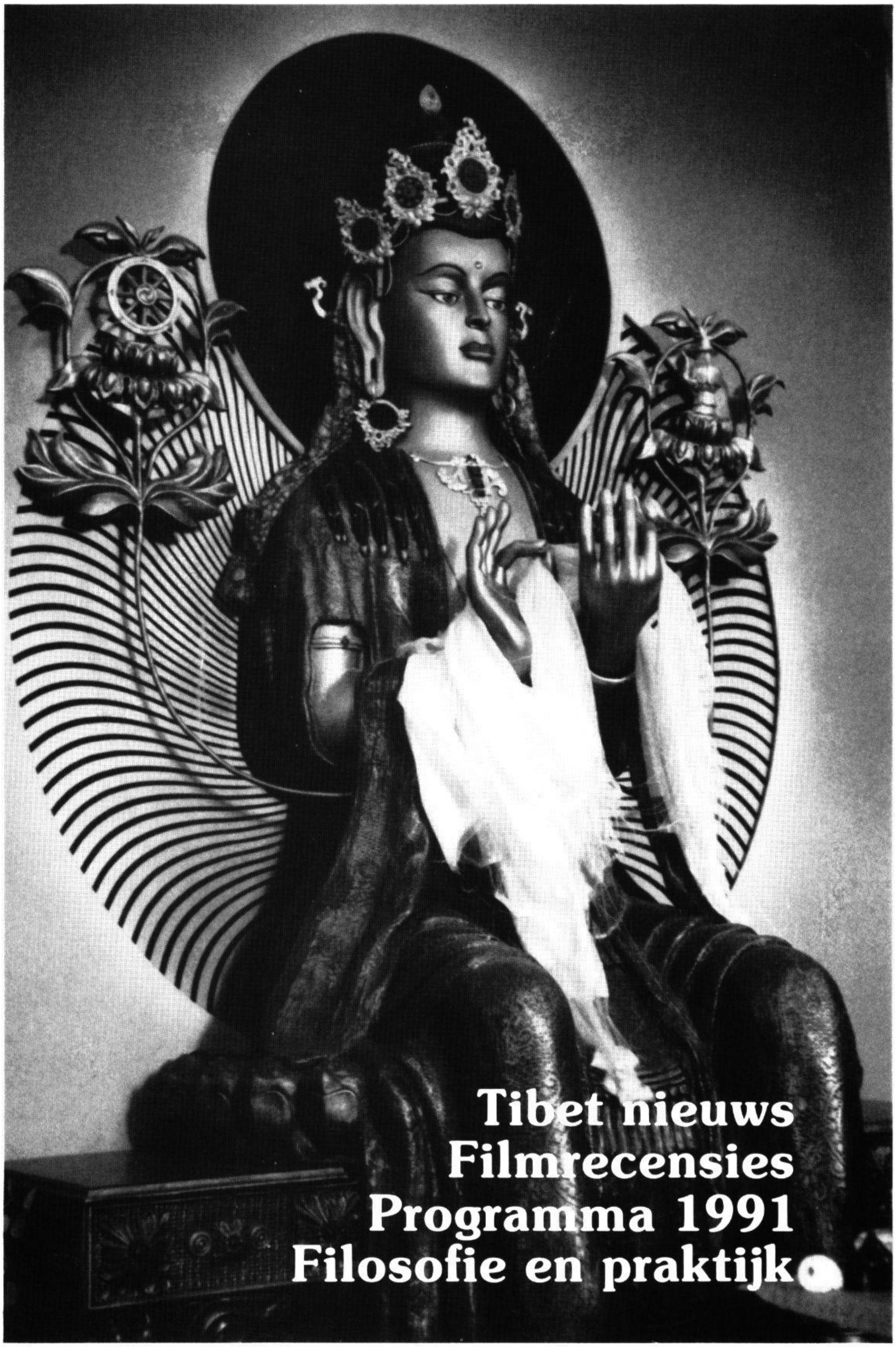
# MAITREYA MAGAZINE

2
jaargang 13

TIBETAANS BOEDDHISME



Tibet nieuws
Filmrecensies
Programma 1991
Filosofie en praktijk

# INHOUD

nummer 2 jaargang 13

FILOSOFIE EN PRAKTIJK VAN HET TIBETAANS BOEDDHISME, DOOR SANGRA DJAMPA RINPOCHEE ..... 1
GEDICHT ..... 5
MILIEUBERICHT, DOOR ERIC HOL ..... 6
ZOEKEN NAAR DE OORZAKEN VAN ONGELUKKIG ZIJN, DOOR WIJLEN LAMA THUBTEN YESHE ..... 9
EEN ERVARING, DOOR EEN NIEUWE CURSIST ..... 13
FILMRECENTIES OVER "GHOST" en "FLATLINERS" ..... 15
KINDERPAGINA, VOOR EN DOOR KINDEREN ..... 16
TIBETNIEUWS ..... 17
INTRODUCTIE BOEDDHISTISCHE UNIE NEDERLAND ..... 20
OVERZICHT GEBEDSDIENSTEN JUNI T/M DECEMBER ..... 21
OPROEP AAN DE "ACHTERBAN" ..... 22
ALGEMENE CURSUSINFORMATIE ..... 23
PROGRAMMA 1991 ..... 24
INFO STICHTING MAITREYA INSTITUUT ..... 29

# Voorwoord bij dit vernieuwde nummer

Het zal u, oplettende lezer, zeker niet zijn ontgaan dat de vernieuwingen die zich doorzetten in het Maitreya Instituut ook hun weerslag beginnen te krijgen op het Maitreya Magazine. Omdat daarbij nog wel eens iets fout gaat vragen wij u zonder schroom geduld te betrachten, vanuit de overtuiging dat volwassen worden nu eenmaal niet zonder groeipijntjes verloopt en het zo wie zo zinloos is je al te zeer op te winden zolang we ons nog in het cyclische bestaan bevinden, waar alles (ook bij M.I.) toch gebrekkig blijft. Wat overigens niet wil zeggen dat we niet naar perfectie streven.

Inhoudelijk zullen wij ons best doen een groter aantal korte, maar kwalitatief sterke artikelen te brengen over een breder scala aan onderwerpen, die gerelateerd zijn aan de doelstellingen van het M.I.: het preserveren van de Tibetaans boeddhistische traditie en te komen tot een vruchtbare (lees: helende) integratie van haar wezenlijke wijsheid in de Nederlandse samenleving met de wens dat alle voelende wezens in leven na leven steeds meer blijdschap en geluk zullen ervaren en elkaar zullen helpen om uiteindelijk gezamenlijk op te gaan in de vrede van de volkomen verlichting.

Dat wij nog een heel eind van dit nobele einddoel verwijderd zijn behoeft geen betoog, maar omdat IEDEREEN het potentieel heeft de staat van blijvend geluk te bereiken is er geen reden tot wanhoop. Wij zetten dus enthousiast door met dit evolutieproces en rekenen erop dat u ons en uzelf hierin blijft steunen en stimuleren.

Uw eindredacteur Hans van den Bogaert.

# Filosofie en praktijk van het Tibetaanse boeddhisme

Jan Paul Kool

Jampa Rinpochee

EEN LEZING DOOR SANGRA DJAMPA RINPOCHEE, TIJDENS HET WEEKEND OVER LIEFDE EN MEDEDOGEN IN HET KADER VAN DE WERELDVREDE. PLAATS VAN HANDELING: MAITREYA INSTITUUT TE EMST, APRIL 1990.

***De Boeddha heeft zelf gezegd dat wij zijn woorden goed moeten overwegen en onderzoeken. De Boeddha heeft gezegd: "Je moet niet alles wat ik zeg op goed geloof aannemen omdat ik het zeg". Waarom deze vermaning? De Boeddha heeft, in overeenstemming met de verschillen in aanleg en voorkeur van wezens, heel veel verschillende leringen onderwezen. Zo is bekend dat hij verschillende methoden hanteerde om mensen die echt heel erg verduisterd waren allereerst een klein beetje op de goede weg te helpen en ze pas in een later stadium de spirituele Leer te onderwijzen, met de bedoeling ze niet meteen af te schrikken. Boeddha beschikte over verschillende methoden om de mensen allereerst tot zich aan te trekken en hij zou ze pas als ze echt belangstelling toonden en zich open stelden, de verschillende tradities van de drie voertuigen onderwijzen.***

Mensen met heel erg veel moed onderwees hij volgens de Leer van het Grote Voertuig. Mensen die wat minder moed toonden, onderwees hij volgens de Leer van het Bescheiden Voertuig. Dit is een groot voordeel, want het houdt in dat je je kunt ontwikkelen in de lijn overeenkomstig je aanleg. Als je erg veel moed hebt, als je het aan kunt te denken aan alle wezens, hoef je dus niet het bescheiden voertuig te volgen. Als boeddhist moeten we de Leer van het Bescheiden Voertuig wel kennen, want ze is een belangrijk onderdeel van de boeddhistische Leer. Het Bescheiden Voertuig heet in het Sanskriet: Hinayana. Vooral hier in Nederland is het heel erg kwetsend om die term te gebruiken omdat het letterlijk betekent: het lagere of mindere voertuig. Daarom staan we erop -tolken zoals Alex Berzin vertalen het ook zo- dat we van het Bescheiden Voertuig spreken. Bescheiden, omdat de mensen zich bescheiden opstellen, en zeker niet minderwaardig zijn. Als je die mensen voor het hoofd stoot door ze minderwaardig te noemen, maak je een ernstige fout.
Voor degenen die genoeg moed hebben zich in te durven zetten voor het welzijn van al wat leeft, is er het Grote Voertuig.
Afgezien daarvan heeft de Boeddha verschillende keren heel veel diepe dingen gezegd in heel weinig woorden. Dit kon hij ook doen in die tijd, omdat de meeste van zijn volgelingen over enorm veel intelligentie en positieve energie beschikten, zodat ze slechts kleine of weinig instructies nodig hadden, om tot inzicht te komen. Zo was in feite het eerste onderricht van de Boeddha beperkt tot vier regels: Het lijden moeten we opgeven. Dit doen we door de oorzaak van het lijden op te heffen. Daarmee bereiken we de totale opheffing van het lijden. Die beoefening of die weg noemen we het Ware Pad. Er waren heel veel mensen die bij dat onderricht aanwezig waren en die door het horen van deze vier vrij simpele regels de bevrijding bereikten.

In onze tijd zijn vele mensen met wie we te maken krijgen nauwelijks op de hoogte van het lijden dat zich in het universum voltrekt, of zelfs op deze ene planeet. De meeste mensen kennen lijden van een gedeelte van de mensenwereld en niet van al die andere bestaansvormen zoals de geestenwereld. Ook is de bron van het lijden voor de meeste mensen iets dat verborgen is, iets dat ze niet

kennen, en daarmee is natuurlijk ook de opheffing en het pad voor de meesten onzichtbaar.

Het was eigenlijk al vrij snel na de Boeddha dat de mensen veel meer uitleg nodig hadden om tot inzicht te komen. Om die reden heeft Mandjoeshri en later in dezelfde traditie de grote meester Acharya Asanga, in samenwerking met Maitreya, een heleboel onderdelen van de Leer van de Boeddha uitgelegd en van commentaren voorzien, zodat ze voor meer mensen beter toegankelijk werden. We denken in dit verband ook aan de grote yogi Nagardjoena, die de Leer van zelfloosheid duidelijk uitlegde. Al deze grote Indiase meesters deden niet iets nieuws, ze begonnen niet een nieuwe leer. Zij gaven aan hoe de verschillende leestellingen die de Boeddha in overeenstemming met aanleg en capaciteit van verschillende mensen had onderwezen, konden worden samengevat in een aantal filosofische stelsels. Zo ontstonden de filosofische scholen van Vaibhasika, Sautrantika, Chittamatra en de twee scholen van de Madhyamika: de Svatantrika Madhyamika en de Prasangika Madyamika. Alle leerstellingen kwamen rechtstreeks van de Boeddha zelf.

Er waren verschillende mensen die deze verschillende filosofische systemen op een verschillende manier beoefenden. Er waren er nogal veel die een soort opbouw in dit systeem zagen. Ze begonnen met een lagere filosofische school bv. Vaibhasika en werkten zich geleidelijk op naar de moeilijke zienswijze van de Madhyamika filosofie. Er waren er ook die in overeenstemming met hun persoonlijke aanleg meteen begonnen zich in bijvoorbeeld de Chittamatra School te bekwamen. Alle verschillende leerstellingen die door de grote meesters gegroepeerd zijn tot scholen, zijn uitgesproken door de Boeddha en waren enkel bedoeld om de verschillende soorten mensen te kunnen bereiken en om hen zo effectief mogelijk met goede raad te helpen, zodat ze zich zo snel mogelijk van het lijden zouden kunnen ontdoen.

We zien aan de filosofische scholen en teksten die zijn overgebleven, dat de Boeddha aan sommige mensen die zelfloosheid niet eens onderwees, terwijl in de twee lagere filosofische scholen en zelfs in de Chittamatra School weliswaar wordt gesproken over zelfloosheid van personen, maar niet over zelfloosheid van andere verschijnselen. In de Chittamatra School wordt gedacht en geredeneerd om de zelfloosheid van de geest vast te stellen en niet zozeer in termen van zelfloosheid van personen en andere verschijnselen.

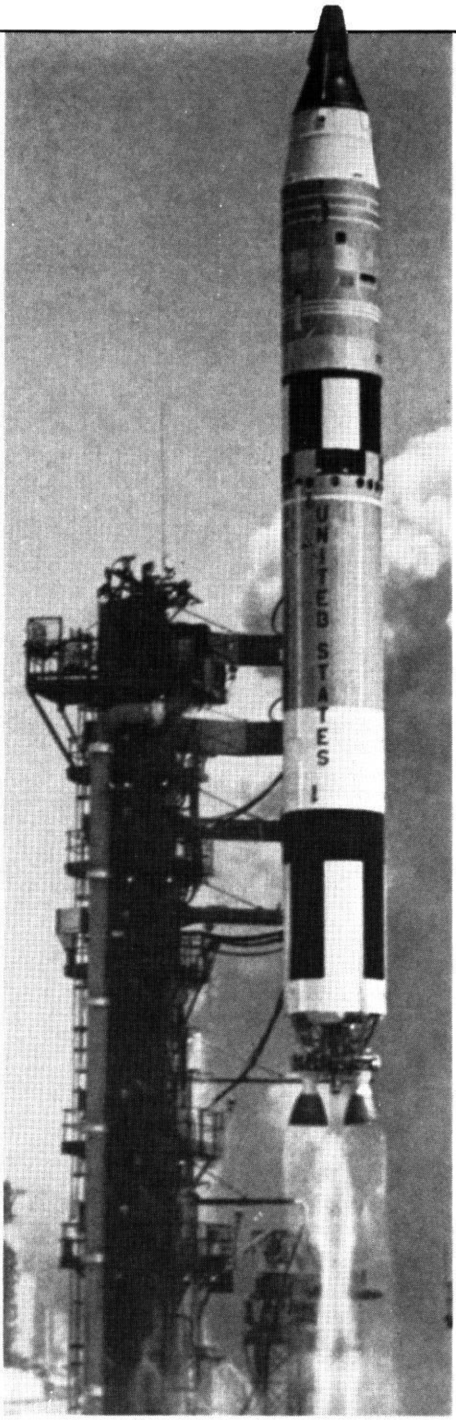
Hoewel de Cittamatra School die meestal in het Engels 'Mind Only School' genoemd wordt, bijzonder ontwikkelde en diepzinnige standpunten verkondigt, is ze onhoudbaar in de huidige tijd. Zeker in relatie tot de wetenschap: de Chittamatra of 'Mind Only School' verkondigt namelijk dat de uitwendige werkelijkheid, de verschijnselen, alleen maar bestaan in de geest. Er zou dus geen objectief aanwezige werkelijkheid of realiteit zijn. De Prasangika Madhyamika School daarentegen, is veel meer in

overeenstemming met de westerse zienswijze. Zij verkondigt dat er zowel een bewustzijn is dat waarneemt als een uitwendige, min of meer objectieve realiteit. In dit verband heeft de Prasangika Madhyamika School verschillende technieken en methoden om tot inzicht te komen omtrent de wijze waarop het waarnemende bewustzijn bestaat en de manier waarop het object van waarneming bestaat. In Prasangika termen spreken we van het ontbreken van concrete entiteiten. Hoe ziet dan de Prasangika Madhyamika School de werkelijkheid? Er wordt gezegd dat de verschillende fenomenen, zowel personen als andere verschijnselen, alleen bestaan als een benoeming op de basis van een aantal oorzaken en omstandigheden, danwel op basis van een complex van onderdelen. Zo zegt de Prasangika Madhyamika School dat wanneer vuur gemaakt wordt om te koken, er een labeling, een benoeming plaatsvindt van vuur en een benoeming van de activiteit van het koken. Aan de andere kant is er ook een basis van benoeming: het vuur dat brandt wordt evenmin ontkent als het potje dat staat te koken. Zo zien we dat de Prasangika Madhyamika School als filosifie het meeste in overeenstemming is met de westerse opvatting, omdat zij de conventionele werkelijkheid die op afspraken berust geen geweld aandoet. Ze wijzen er wel op dat dat vuur en het potje dat daarop staat te pruttelen geenzins op hun eigen kracht bestaan. Zij zijn er alleen op basis van benoeming: het is door benoeming dat we spreken van vuur. Het vuur bestaat niet uit zichzelf, maar is voor zijn bestaan weer afhankelijk van een groot aantal oorzaken en omstandigheden. Dit is een essentieel inzicht. Er is niets dat uit zichzelf bestaat en alles wat bestaat is van iets anders afhankelijk. In de boeddhistische traditie wordt hierover met de Prasangika Madhyamika filosofen heel veel gedebatterd. Er wordt gedebatteerd over de manier waarop objecten bestaan, de manier waarop wij objecten waarnemen, en er vervolgens van alles op projecteren.

Er zijn talloze redeneringen die geleerd worden en vervolgens gebruikt worden speciaal voor dit debat, maar het zou te ver voeren om al deze logische redeneringen nu uit te leggen. De voornaamste redenering die gebruikt wordt is die van afhankelijk ontstaan, waarbij gewezen wordt op het feit dat alles dat bestaat afhankelijk is van oorzaken en condities, ofwel afhankelijk is van de eigen onderdelen. Daarom haalt de Prasangika Madhyamika School de stelling van de Boeddha aan waarin deze zelf zegt dat er niets is dat op eigen kracht bestaat. Er bestaat niets onafhankelijk van iets anders. Alles dat bestaat is van iets anders afhankelijk. Als we deze redenering leren toepassen en daar heel veel mee werken door veel verschijnselen te analyseren en door te onderzoeken hoe zij afhankelijk zijn van iets anders, zullen we een grote mate van inzicht verwerven. Het is niet eens zo moeilijk een geringe mate van inzicht te verwerven, we kunnen immers allemaal goed denken en er is niet eens zo heel erg veel denken voor nodig om te begrijpen dat de dingen niet

los bestaan, onafhankelijk, als concrete entiteiten. Als we ons willen verdiepen in het debat zoals dat in de boeddhistische traditie wordt aangeleerd, zijn er vele manieren om tot de overtuiging te komen dat de dingen niet vanuit zichzelf bestaan.

Er zijn veel meer redeneringen die we kunnen gebruiken, dan deze ene van afhankelijk onstaan. Daarom zou ik jullie allemaal willen aanraden om toch wat van de debattechnieken te leren. De boeddhistische debattechnieken komen op verschillende punten sterk overeen met de logica van de westerse wetenschap. Het een en ander wordt misschien nog duidelijker aan de hand van een voorbeeld, dan zie je ook meteen hoe vaardig de Boeddha is in het toepassen van verschillende methoden. Stel eens dat we een tijd geleden, toen er nog geen auto's waren, gesproken hadden over een raket die naar de maan vliegt. Wat zouden de mensen dan hebben geantwoord? Zouden ze niet zeggen: "Die vent is helemaal gek geworden! Hoe kun je nou ooit naar de maan, dat is toch volslagen onmogelijk?" Voor hetzelfde probleem stond de Boeddha. Als hij meteen in het India van die tijd had verkondigd, dat er niets is dat werkelijk bestaat, dan hadden ze hem ofwel verbannen, ofwel op andere wijze het zwijgen opgelegd. Hetzelfde is eigenlijk gebeurd in de wetenschap, je kunt hier een vergelijking met de wetenschap en de techniek maken. Geleidelijk aan is een eenvoudig voertuig ontwikkeld, dat tot een auto uitgroeide. Vervolgens werden die motoren toegepast voor vliegtuigen en raketten. Er is dus sprake van een geleidelijke ontwikkeling. Tegelijkertijd weten we nu dat, wanneer we bijvoorbeeld naar een restaurant moeten, we er veel sneller komen als we de auto nemen, dan wanneer we te voet gaan. En gaan we met een vliegtuig, dan zijn we er nog veel sneller. Zo kunnen we zeggen dat de maan veel dichterbij is gekomen. Volledig onder de indruk van de snelheden die met gemotoriseerde voertuigen bereikt kunnen worden, zijn er mensen zo moedig geweest te denken waarom we dan ook niet een keer naar de maan zouden gaan. De mensen die met zo'n idee durfden te komen, zijn er ook werkelijk in geslaagd mensen naar de maan te vliegen. Nu zijn ze waarschijnlijk al weer bezig met voorbereidingen om naar veel verder gelegen doelen te reizen. Ze zullen er ook zeker komen!




We zien dus dat er mogelijkheden zijn, die de mensen niet meteen aankunnen. We hebben een geleidelijke ontwikkeling nodig, omdat we anders schrikken. Dit heeft de Boeddha toen ook al begrepen, en daarom heeft hij eerst onderwezen dat verschillende verschijnselen wel echt bestaan, zoals verkondigd wordt in de lagere scholen van filosofie, met name de Vaibhasika. Vervolgens heeft hij verkondigd dat eigenlijk alles voortkomt uit de geest, waarmee hij de leer onderwees volgens de Chittamatra School (de 'Mind Only School'). Om uiteindelijk te zeggen dat er niets is dat werkelijk bestaat, vanuit zichzelf of op eigen kracht. Zo zien we dat de Boeddha rekening hield met de wetenschap dat mensen nogal gauw schrikken en we zien ook dat de Boeddha enorm vaardig was in het begeleiden van z'n volgelingen.

Wat betreft de dingen die bestaan, het wel of niet bestaan van verschijnselen is iets dat ieder voor zichzelf moet vaststellen. Het is een inzicht dat ieder voor zichzelf zal moeten verwerven. Als ik dit kleine klokje hier op tafel plaats, dan zien jullie allemaal dat ik hier wat neerzet. Er is in jullie bewustzijn onmiddellijke visuele waarneming. Je denkt dan meteen: hé, hij zet daar een klokje meer, dat klokje staat daar echt. Je bevestigt als het ware wat je visueel waarneemt. De enige manier waardoor je dit weet is doordat je het gezien hebt. Je weten is gebaseerd op een visuele waarneming. Als je toevallig je ogen dicht had op het moment dat ik het klokje hier neerzette, wist je niet dat het er stond. Jullie weten dat het klokje hier staat, is afhankelijk van je eigen geest, namelijk of je wel of niet hebt gekeken. Als je je ogen opent, zie je het klokje en weet je gelijk dat daar een klokje staat, nietwaar? Dit bewijst dat je bewustzijn niet van het klokje afhankelijk is, maar van je eigen geest, en dit geldt voor alle verschijnselen. Dit geldt ook voor je eigen persoon, voor je "ik" of "zelf". Met betrekking tot ons "zelf" geldt ook, dat het niet vanuit zichzelf bestaat. Het beseffen dat het "ik" niet vanuit bestaat noemen we de wijsheid van zelfloosheid. Als we hetzelfde inzicht richten op andere fenomenen, spreken we van zelfloosheid van andere verschijnselen, of ook wel het ontbreken van werkelijk bestaan. Dit geeft in grote lijnen de filosofie van de Prasangika Madhyamika School aan, zoals verkondigd door de Boeddha.

Ik kan het alleen maar een beetje aangeven, omdat het zo diepzinnig is. Wat ik wel kan aangeven -en dat is ook het allerbelangrijkste, zeker voor mensen in het westen- is dat het hele pad zoals door de Boeddha is onderwezen bedoeld is voor je geestelijke groei. Vanaf het ontwikkelen van toewijding aan je spirituele leraar tot en met dit hoogste inzicht van de hoogste filosofische School, is het niet bedoeld om de uitwendige werkelijkheid te manipuleren zoals de wetenschap dat graag doet, maar het is de bedoeling om je eigen geest te doen groeien en ontwikkelen. Je eigen geest verbeteren daar is deze hele Leer voor bedoeld.

De Leer van de Boeddha werkt dan ook alleen als we haar als persoonlijke instructie opvatten, als we er mee aan de slag gaan om er binnenin onszelf iets mee te bereiken. Er alleen maar over

spreken als wetenschappelijke curiositeit of interessant onderwerp, heeft geen enkele functie. We kunnen de Leer van de Boeddha dan ook nooit gebruiken als interessant onderwerp, als een tak van wetenschap of wat dan ook. Het is iets dat alleen maar toepasbaar is in onze eigen geest en wel onmiddellijk. En als zodanig zullen we ontdekken, dat de Leer van de Boeddha bijzonder diepzinnig is en werkt. Het gevaar is echt groot dat we de Dharma gaan gebruiken als een kennisobject: van alles willen weten, weten, weten, of erover praten, praten, praten, maar er niets mee doen. Als we ontdekken dat we er niets mee opschieten, weten we dus zeker dat het contact tussen onze eigen geest en de Leer niet goed is. We maken van de Dharma dan een soort film, iets dat buiten ons om gaat, iets dat leuk is om mee te spelen, maar dan zijn we er niet echt mee bezig, dan houden we het teveel buiten onze geest.

eigen fout, het toont aan dat je niet genoeg je best gedaan hebt of niet echt oprecht je best hebt gedaan in het toepassen van de tegenkracht. Het gaat in negen van de tien van zulke gevallen niet goed, omdat je je eigen geest als het ware voor de Dharma afsluit, omdat je de Dharma niet echt toelaat in je eigen geest, maar ze teveel beschouwt als kennisobject, iets waar je verder weinig mee te maken hebt. Het is natuurlijk verleidelijk om alle kennis die we opdoen over verstorende emoties en hun tegenkrachten alleen maar te gebruiken om anderen te analyseren. Om te zeggen: 'Die persoon is heel erg boos, die persoon moet dus die en die tegenkracht hanteren'. We hebben er in het westen een beetje een handje van om het altijd over iemand anders te hebben. In termen van de Dharma echter, moeten we echt alles op onszelf betrekken. Dus als we leren over woede en de tegenkracht van woede, dan moeten we niet aan andere mensen denken, maar die kennis op onszelf betrekken.

## Je eigen geest verbeteren; daar is deze hele leer voor bedoeld

Als we daarentegen onze geest volledig mengen met de Dharma, zullen we ontdekken dat we er werkelijk op vooruitgaan. Bestuderen en volgen we de Dharma, en we zien niet na enige tijd een verbetering in onze geest -stel dat onze voornaamste verstorende emotie begeerte is en we zien niet dat onze begeerte duidelijk afneemt- dan zijn we er niet in geslaagd onze geest te mengen met de Dharma. We maken dan ergens een fout. Hoe we dat kunnen weten? Omdat als je de Dharma echt beoefent en oprecht in practijk brengt, er al op vrij korte termijn een duidelijke verbetering in je geest zal plaatsvinden. De Dharma is immers juist bedoeld om de verstorende emoties op te heffen door het toepassen van de verschillende tegenkrachten.

Als je daarentegen na verloop van maanden of jaren ziet dat de verstorende houding nog net zo sterk is, dan ben je ergens tekort geschoten. Dat komt dan niet door iemand anders, maar door je

Als we het werkelijk op onszelf betrekken en het opvatten als persoonlijke instructies kunnen we met de Dharma een heleboel bereiken. We zullen zien dat bv. onze begeerte na afloop van tijd aanzienlijk minder sterk wordt. Hoewel we het altijd hebben over het helpen van anderen en het bevorderen van het welzijn van anderen, is de manier waarop we anderen het beste helpen als we aan onszelf sleutelen, als we onszelf verbeteren. Dan kunnen we meer voor anderen doen en dan zitten we ze ook niet zo in de weg.

Het is echt heel slecht voor je ontwikkeling als je alleen maar kijkt naar wat anderen goed of fout doen en voortdurend op iedereen critiek hebt. Als we critiek hebben wanneer we zien dat iemand anders iets fout doet, schieten we daar weinig mee op. Die ander schiet daar ook helemaal niets mee op. Koesteren we daarentegen heilzame gedachten voor een persoon die iets fout doet, dan schieten we daar zowel zelf wat mee op als uiteindelijk ook die ander. Je ziet onmiddellijk het verschil tussen deze twee houdingen.

Vatten we op deze manier de Leer op als persoonlijke instructies in methoden die we zelf in practijk moeten brengen, dan zullen we daardoor een beter mens worden en in positieve zin ontwikkelen. We zullen dan ook niet zoveel over anderen te zeggen hebben... We begrijpen dan immers onmiddellijk dat ook die andere persoon het slachtoffer is van de verstorende emoties begeerte en woede, net als wijzelf. Je zult medelijden hebben en begrijpen dat hij op basis van zijn woede of overdreven begeerte oorzaken creëert voor toekomstig lijden. In plaats van zoveel kritiek te hebben, of op een vervelende manier te reageren, zul je zuivere gedachten kunnen uitstralen met de wens dat die persoon in de toekomst gelukkig wordt. We moeten er natuurlijk wel voor waken dat we niet alleen maar bidden dat anderen van hun verstorende begeerte en woede afkomen, terwijl de begeerte en woede in onszelf alleen maar toenemen! We zijn dan immers weer terug bij de westerse voorkeur: je met anderen bemoeien in plaats van met jezelf. Daarom is het zo belangrijk dat we dit oppakken als persoonlijke instructies. Het is veel beter om de fouten van anderen niet te blijven zien maar juist de nadruk te leggen op de goede eigenschappen die een ander ook gegarandeerd heeft.

Dat is mijn mening. Dat probeer ik te doen en ik ben ervan overtuigd dat andere boeddhisten dat ook proberen te doen. In plaats van te letten op de fouten van anderen, proberen we te zien wanneer we zelf fout doen, als er in onszelf een verstorende emotie van begeerte, woede of trots opkomt. We proberen te onderzoeken hoe dat gebeurt, waarom, enzovoort. Zien we dat er een fout dreigt, dat een schadelijk proces zich in onze geest voltrekt, dan moeten we proberen dat op te heffen. Zien we dat er heilzame dingen in onze geest gebeuren, dan kunnen we die stimuleren en ons daarover verheugen. Als we ons op deze manier inzetten, dan zullen we ontdekken dat onze goede eigenschappen gestaag toenemen als een wassende maan.

Transcript: Jolanda Egberts
Vertaling: Hans van den Bogaert

## VERLICHT MOMENT

*Ik sloot net even mijn ogen,*
*Een Dakini kwam me halen,*
*Haar lichaam gemaakt van licht,*
*Begon bijzonder fel te stralen.*

*We gingen voorbij Zon en Maan,*
*Naar de verblijfplaats van de Wijzen,*
*Naar hun zuivere bestaan,*
*Hun prachtige Lichtpaleizen.*

*Alleen maar gelukzaligheid,*
*Stralende regenbogen,*
*Allemaal ontstaan,*
*Uit liefde en mededogen.*

*Het Land van meditatie,*
*Heldere visualisatie,*
*Diepe concentraties,*
*Vele realisaties.*

*Opeens verscheen Arya Tara,*
*In devotie was ik gehuld,*
*Ontving diepzinnige lessen,*
*M'n wensen werden vervuld.*

*M'n liefde werd spontaan,*
*Ze keek me aan en lachte,*
*We begrepen elkaar helemaal,*
*Intuïtief, zonder enige gedachten.*

*Ze ging toen op in licht,*
*Werden onafscheidelijk één,*
*Yuganaddha werd bereikt,*
*Waardoor aleen nog maar gelukzaligheid en leegte verscheen.*

*Alleen maar die ervaring,*
*Was er op dat moment,*
*Zo helder en zo zuiver,*
*Nog nooit eerder gekend.*

*Dit is m'n ware Moeder,*
*Die ik al tijden mis,*
*Eonen lang op zoek,*
*Terwijl ze binnen me is.*

*Even was ik ontwaakt,*
*Had de essentie beet,*
*Van deze prachtige Staat*
*Die ik m'n leven niet meer vergeet.*

*Aan mijn Spirituele Leraar,*
*Die al m'n respect verdient,*
*Heb ik deze ervaring te danken,*
*M'n zuiverste Dharma Vriend.*

*Alex*

# Milieubericht

MILIEUONDERZOEK EN MILIEUBELEID; EEN VISIE VANUIT BOEDDHISTISCH PERSPECTIEF DOOR ERIC HOL.

## INLEIDING

Milieubeleid en milieuonderzoek staan al geruime tijd in de belangstelling. Ondanks waarschuwende geluiden van deskundigen, milieu-organisaties en verontruste bevolkingsgroeperingen is tot op heden vanuit de overheid weinig substantieels ondernomen om het milieu kwalitatief te verbeteren. Hiervoor zijn m.i. twee belangrijke redenen aan te geven. In de eerste plaats betekent het uitvoeren van ingrijpende beleidsmaatregelen vaak een enorme stap terug in welvaartsniveau. Soms zijn er geen of onvoldoende alternatieven voor handen. Een goed voorbeeld is een drastische beperking in het pesticidegebruik. In de tweede plaats is er weinig overeenstemming tussen deskundigen als het gaat om de aard en omvang van de te verwachten milieu-effecten. Vanuit deze achtergrond van onwetendheid is het moeilijk om kostbare, impopulaire en tegelijkertijd doeltreffende maatregelen te treffen.

Giusti

Geo 1981

## STAND VAN ZAKEN IN HET MILIEU-EFFECT ONDERZOEK

Om milieu-effecten van systeemvreemde stoffen doeltreffend vast te stellen dient de interactie van deze stoffen met de werkelijke wereld (ecosysteem) in detail bekend te zijn. De meeste "feiten" ten aanzien van milieu-effecten van verontreinigingen zijn gebaseerd op laboratorium-experimenten. De te onderzoeken componenten worden geïsoleerd uit de buitenwereld en gemanipuleerd in laboratorium-situaties. Langzamerhand begint men zich te realiseren dat deze manier van onderzoek informatie oplevert die eigenlijk helemaal niet kan worden toegepast op situaties buiten het laboratorium, in de werkelijke wereld. Veldexperimenten worden nog slechts op beperkte schaal uitgevoerd, enerzijds vanwege de hoge kosten, anderzijds vanwege de hoge mate van complexiteit. Echter, uit de resultaten die momenteel verkregen worden uit veldstudie om de effecten van pesticiden vast te stellen blijkt dat het absoluut noodzakelijk is om deze experimenten uit te voeren. Laboratorium studies blijken niet eens bij benadering een indicatie te geven over te verwachten milieueffecten van pesticiden. Met als gevolg dat effecten van bestrijdingsmiddelen op het milieu schromelijk worden overschat of onderschat.

Interpretatie van veldstudies is in het algemeen geweldig gecompliceerd. Meetpunten in ecosystemen zijn vaak populatiedynamica van gevoelige soorten (aantal dieren gevolgd in de tijd) en reproductiesucces (het aantal nakomelingen in een jaar). Velden die behandeld zijn met een bestrijdingsmiddel kunnen op deze manier worden vergeleken met onbehandelde velden. Met behulp van statistische methoden kan dan een inzicht worden verkregen of er sprake is van een effect, en of het effect blijvend of tijdelijk is.

Het probleem is echter dat een dergelijke statistische analyse niets zegt over het mechanisme dat het effect openbaart. Intuïtief ligt het voor de hand dat er sprake kan zijn van een cascade van "gebeurtenissen" alvorens een effect manifest wordt in de vorm van bijvoorbeeld een afname van het aantal dieren van de gekozen gevoelige soort. In deze cascade van gebeurtenissen ligt waardevolle informatie opgeslagen omtrent de werking van de betreffende stof en daarmee dus de hele of gedeeltelijke oplossing van de vraag waarom een bepaalde stof zo schadelijk is voor het milieu.

Een benadering voor het "oplossen" van deze vraag is het maken van een (wiskundig) model dat het ecosysteem representeert. Deze modellen kunnen zeer simpel zijn (een vergelijking) tot uiterst complex. Ze zijn bedoeld om inzicht te verkrijgen in de mechanismen en om voorspellingen te kunnen doen met betrekking tot de toekomst. In de volgende paragraaf zal ik pogen een uiteenzetting te geven van de problemen die komen kijken bij het maken van een model

Het maken van een gedetailleerd model dat het grotere geheel beschrijft is een technische onmogelijkheid. Ik zal proberen aan de hand van een aantal redenen aan te geven waarom.

In de eerste plaats dient elke interactie die beschreven wordt met een model tussen de verschillende "componenten" vergezeld te worden van een hypothese hoe deze interactie is. Bijvoorbeeld een bepaalde soort spinnen eet een aantal, zeg A, vliegen per dag. Vervolgens dient deze stelling geverifiëerd te worden met behulp van een aantal meetpunten of observaties. Je verzamelt gegevens met

Robin Bath

## ECOLOGISCHE MODELLEN EN DE CHAOSDYNAMICA

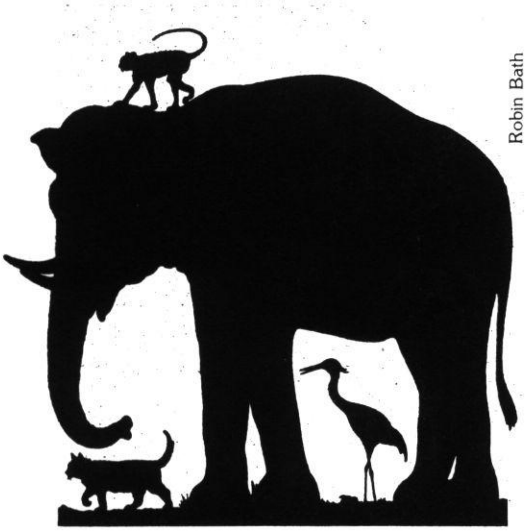
Een eerste gedachte die meestal opkomt bij het maken van modellen is de mate van detail. Een model kan enerzijds de globale lijnen beschrijven van een groot deel van een systeem, of de processen in detail die zich afspelen in een klein gedeelte van het systeem. De mate van gedetailleerdheid noemt men in het algemeen het aggregatieniveau. Globale modellen geven weinig inzicht in de werkingsmechanismen, doch geven aardige voorspellingen op termijn. Gedetailleerde modellen geven een aardig inzicht in de mechanismen maar, doordat ze als het ware "geïsoleerd" zijn uit het groter verband missen ze de interacties met het grote geheel en hebben daardoor dezelfde bezwaren als laboratoriumonderzoek: ze missen de voorspellende kracht en kunnen al snel leiden tot foutieve interpretatie van resultaten.

betrekking tot deze spinnen ten aanzien van hun eetgewoonten. Aan de hand van deze gegevens wordt de waarde van A geschat. A noemt men een parameter. Men heeft altijd op zijn minst een meetwaarde nodig om een parameter te schatten. Voor elke component of variabele in een model komen er dus het aantal reeds aanwezige componenten en de nieuwe component, bij. Al deze vergelijkingen hebben parameters die geschat dienen te worden.

Een practisch probleem in dit geval is dus dat het aantal metingen dat uitgevoerd moet worden al snel een in practijk onhaalbaar groot aantal gaat worden.

Het tweede punt is meer gebaseerd op de wending die wetenschap lijkt te nemen in de laatste jaren. Ecologische modellen zijn voor het eerst ontwikkeld in het begin van deze eeuw. De wetenschappelijke achtergrond rond de eeuwwisseling was een wereld van "omkeer-

bare" en deterministische processen. Door Lorenz werd in 1963 aangetoond dat sommige systemen soms beschreven kunnen worden met een terministisch model en soms een onvoorspelbaar, onomkeerbaar gedrag vertonen. Het onvoorstelbare gedrag treedt op wanneer een systeem uit evenwicht wordt gebracht. De wetenschap die deze fenomenen bestudeert wordt chaosdynamica genoemd. Relatief kort geleden werd de aanwezigheid van chaos in ecosystemen onderzocht. Alhoewel door diverse onderzoekers aanwijzingen voor chaosdynamiek zijn gevonden is het bewijs nog



Robin Bath

niet waterdicht geleverd.

Doch indien men stress aanbrengt op een ecosysteem wordt het uit evenwicht gebracht. De resulterende chaosdynamica tracht het systeem aan te passen aan de nieuwe omstandigheden. Het probeert een "nieuwtje" te vinden om de gewijzigde omstandigheden de baas te kunnen. Je zou kunnen zeggen dat het systeem transcendeert. Intuitief lijkt het me volstrekt duidelijk dat zonder chaosdynamica een systeem niet kan evolueren. Zonder chaosdynamica geen evolutietheorie. Door de ecologische wetenschap wordt chaos echter nog niet als een cruciaal vormgevend mechanisme beschouwd. Aan de andere kant blijken deterministische modellen plotseling niet meer te werken als een ecosysteem onder zware stress komt.

Momenteel ben ik zelf bezig met het ontwikkelen van een model dat kan vaststellen in hoeverre een ecosysteem de neiging heeft om over te gaan in chaosdynamiek als gevolg van chemische stress. Hiermee kan de "gezondheid" van een ecosysteem worden vastgesteld. Er zijn echter verschillende factoren die een dergelijke aanpak bemoeilijken. De belangrijkste factor lijkt de tijd te zijn.

## SAMENVATTING EN CONCLUSIE

Een van de belangrijkste factoren die een hoognoodzakelijke en efficiënte aanpak van globale milieuproblemen in de weg staat is de onmacht van de wetenschappelijke manier van denken en doen om een adequaat inzicht te verkrijgen in de werkingsmechanismen van (chemische) stress op de bedreigde systemen. Zonder dit inzicht blijven de factoren die van belang zijn voor het werkingsmechanisme een mysterie en kunnen bovendien geen betrouwbare voorspellingen worden gedaan omtrent ontwikkelingen in het systeem in de toekomst. De redenen voor deze onmacht zijn zowel van practische als van theoretische aard.

Hoe meer ik mezelf bezig houd met ecologische modellen, des te meer respect begin in te krijgen voor boekwerken als de I Tjing. Het laatsgenoemde werk beschouwt transities die ik ook langzamerhand begin te herkennen in ecosystemen. Het zou best wel eens de meest volledige beschrijving van de werking van de fundamentele wetten in het universum kunnen zijn die op het niveau van het intellect begrepen kan worden.

De oplossing van problemen als het milieuprobleem zijn van een dergelijke orde, dat een wetenschappelijke oplossing niet langer haalbaar lijkt. Het probleem ligt hem niet zozeer in het uiteindelijke effect als wel in de veroorzaker van het probleem zelf. De mensheid in zijn geheel zal weer in harmonie moeten komen met zijn omgeving, zoals dat beschreven wordt in de I Tjing, de Tao Te Tjing en diverse andere werken die handelen over spirituele vorming. De ordening die een gevolg is van een harmoniërend bestaan moet worden hersteld. Het gebrek aan orde, ofte wel chaos, wordt in de hand gewerkt door stressfactoren die een systeem uit evenwicht brengen. Ofschoon een systeem in chaos een onvoorspelbare "uitkomst" heeft, volgt het een karakteristiek patroon. Een vanuit menselijk oogpunt nare bijkomstigheid van chaosdynamica is dat een systeem in chaos zal trachten een oplossing te vinden die de veroorzaker van de stress elimineert. Of liever gezegd, van de vele oplossingen die uit chaos ontstaan is die oplossing succesvol die het hoofd biedt aan de stressfactor. Ter ondersteuning van deze theorie zijn vele voorbeelden voorhanden. Denk maar eens aan resistentie van insecten voor bestrijdingsmiddelen.

Het accepteren van chaosdynamica in ecosystemen onder stress betekent dat cruciale mechanismen willekeurig verlopen. Er kan alleen aangetoond worden dat een systeem in chaosdynamica verkeert. De uitkomst van het proces is onvoorstelbaar. Het herstel naar een evenwichtssituatie dat meestal wordt waargenomen in systemen onder stress en dat verantwoordelijk is voor de m.i. foutieve conclusie dat chaosdynamica geen rol speelt in ecosystemen zou een gevolg kunnen zijn van de herstellende invloed van aangrenzende systemen die niet zijn blootgesteld aan de stressfactor.

De laatste factor is van uiterst fundamentale aard. Het is het boeddhistische axioma dat fenomenen geen inherent bestaan hebben. Dit veroorzaakt de algehele paniek in de wetenschap. Meest bekend is het fanatieke zoeken naar "het fundamentele deeltje" in de fysica. In de ecologie is het het zoeken naar "de fundamentele eenheid" om modellen te bouwen, als het ware het laagste aggregatieniveau waarop een model staat. Zonder een dergelijke basis kan een model hooguit een aardige benadering geven van de werkelijkheid, maar het is gedoemd om in te zakken als er fundamentele processen plaats vinden op een niveau dieper dan de "basis" die een systeem op termijn dramatisch veranderen, gelijk een huis dat gebouwd is op drijfzand.

Op het moment dat duidelijk wordt dat fenomenen geen inherent bestaan hebben betekent dit tevens dat de huidige wetenschappelijke manier van denken geen grond heeft om gecompliceerde problemen, als het effect van milieuvreemde stoffen of ecosystemen te begrijpen en te doorgronden. En dat is met het oog op de huidige ontwikkelingen op milieugebied en de noodzaak voor dringende maatregelen een tamelijk angstaanjagende gedachte.

De enige oplossing op termijn is het teruggaan naar een staat van harmonie met de omgeving waarin we leven. Alvorens een individu in harmonie kan leven met zijn omgeving zal het moeten harmoniëren met zichzelf. Organisaties zoals het Maitreya instituut staan aan de basis van deze ontwikkeling en hebben daardoor een sleutelfunctie in dit proces.

# Zoeken naar de oorzaken van het ongelukkig zijn

Jan Paul Kool

Lama Thubten Yeshe

DEZE LEZING IS DOOR LAMA YESHE GEGEVEN IN BERKELEY, CALIFORNIË OP 1 AUGUSTUS 1974.

**Het inzicht in de ware natuur of realiteit van innerlijke verschijnselen heeft de kracht om het onheldere en benevelde bewustzijn open te breken. Zo'n wijsheid is als een zwaard dat door zinsbegoocheling klieft. Dit diamand-harde lemmet is in staat om negativiteit volledig te vernietigen. Met de wijsheid verkregen uit een diep inzicht, komt je geest automatisch in een heldere staat van kalmte en wordt een werkelijk vredige innerlijke wereld gevormd. Om die reden legt de boeddhadharma geen nadruk op het blind accepteren van leerstellingen. Je eigen persoonlijk onderzoek en innerlijke ervaring van de waarheid van het onderricht zijn veel belangrijker dan een "niet in twijfel getrokken" dogma. Het verwerven van zo'n wijsheid is de enige effectieve weg om je geest te trainen en je doelen te kunnen bereiken.**

Je zult niet veel vorderingen maken op je religieuze pad wanneer je wijsheidskennis niet scherp functioneert. Dit is tegenstrijdig met wat de meeste mensen denken over religie. Voor hen is religie een uiteenzetting van onbuigzame overtuigingen die ontdaan zijn van, of zelfs tegengesteld zijn aan de rede. Ze worden daarom beweerd boven vraagstelling, logica, argumentatie of wetenschappelijke verificatie te staan. Helaas versterkt de ontaarding in dogmatisme van zovele religieuze gedachten dit cynische standpunt. Hoe dan ook, ik spreek hier niet over bepaalde gedegenereerde vormen van wat misschien religie genoemd wordt, maar in feite alleen maar bijgeloof is. In plaats daarvan doel ik op innerlijke disciplines die werkelijke vrede in de geest van onszelf en van anderen kunnen bewerkstelligen.

Het is een algemeen misverstand te denken dat een religeus persoon iemand is die bang is voor nieuwe en potentieel uitdagende situaties die mogelijk zijn of haar overtuigingen bedreigen. Aangezien ware religie het eigenlijke licht der wijsheid is, waarom zou een religieus persoon dan ooit bang zijn voor duisternis? De natuur van licht kan niet aangetast worden door schaduwen. Evenzo kan het zuivere, heldere licht van de wijsheidskennis niet worden verstoord door verwarde en benevelde staten van geest. Noch is de geest van wetenschappelijk onderzoek tegengesteld aan ware religie. Tenslotte ontkennen wetenschappelijke experimenten niet het licht van zon en maan dus waarom zouden zij tegengesteld zijn aan het licht van innerlijke wijsheid.

De zwakken -zij die niet het oog der onderscheidende wijsheid bezitten- accepteren religieuze overtuigingen passief. Geen achtergrond hebbend in filosofische overdenkingen en onwetend met betrekking tot de redenen die hun geloof ondersteunen, voelen ze zich zeer ongemakkelijk wanneer iemand ze over hun overtuigingen ondervraagt. Dit soort mensen leeft meestal een streng afgebakend leven, angstig om iets of iemand tegen te komen die hun onzekere spirituele fundering misschien afbreekt. Deze houding echter is niet een fout van religie maar van hun eigen begrensde begrip. Ware Dharma leidt precies in de tegenovergestelde richting. Het stelt ons in staat om de vele verschillende ervaringen van het leven als een betekenisvol en samenhangend geheel te integreren, waarmee angst en onzekerheid volledig worden uitgebannen.

Natuurlijk is het zo dat het soort filosofie en logisch denken waarop religieus geloof gebaseerd is, niet precies hetzelfde is als dat wat op scholen onderwezen wordt. Mathematische logica bijvoorbeeld stelt je in staat om op een redelijke manier met bepaalde strikt gedefiniëerde externe problemen om te gaan. Het oorspronkelijke probleem is beperkt in omvang en de oplossing die gevonden wordt is er volledig op afgestemd. Dharma-logica heeft een veel hoger en alles omvattend doel. Het gaat over innelijke problemen en zoekt naar de oplossingen op de belangrijkste vragen in het leven: hoe geluk te ervaren en lijden te vermijden voor onszelf en anderen. Wanneer je tot oplossingen komt waarbij je die Dharma-logica gebruikt, vind je niet alleen het antwoord op dat geïsoleerde probleem, maar ontdek je onderlinge relaties van vele innerlijke processen die voorheen geen relatie met elkaar leken te hebben. Deze manier van redeneren is daarom veeleisend, omdat je de vele hoe's en waarom's die je ontdekt continu moet controleren en onderzoeken. Maar het is uiteindelijk meer bevredigend omdat het de kwaliteit van je leven verbetert.

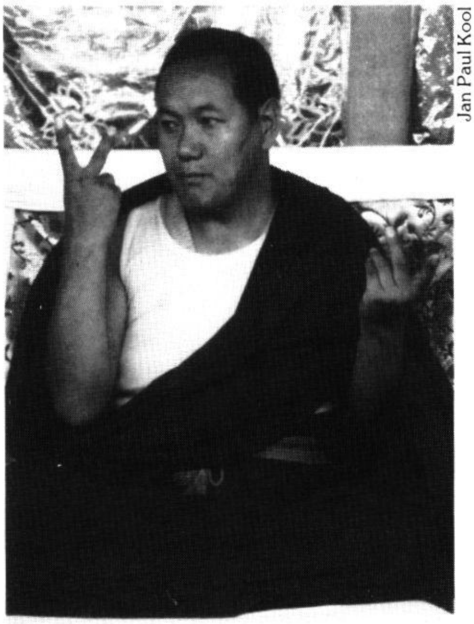
Hoe kun je nu deze Dharma-logica toepassen? Misschien voel je je ongelukkig en als gevolg daarvan komen er gedachten van haat op. In plaats van dit proces passief te observeren of erdoor onvrijwillig te worden meegesleurd, moet je onderzoeken wat er aan de hand is. Probeer te ontdekken waarom je ongelukkig bent en onderzoek of haat een geschikt antwoord is. Anders gezegd, vraag jezelf

af of wat je van plan bent tot uitdrukking te laten komen je situatie zal verbeteren of niet. Het doen van zo'n analyse is geen neurotisch zelfonderzoek maar het is een manier om licht te laten vallen op een antwoord voor je probleem.

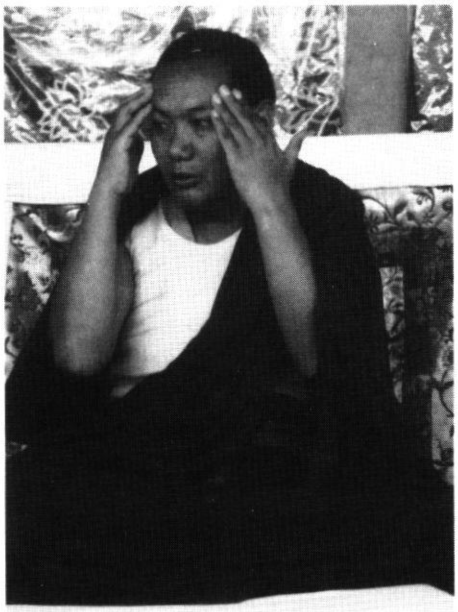
Dit soort vraagstelling is dan een proces van opheffing, in die zin dat het leidt tot een oplossing. Het is hetzelfde als de wetenschapper die experiment na experiment probeert om het beste antwoord te vinden op zijn of haar probleem. Terwijl je innerlijke experimenten doet, dien je jezelf op dezelfde manier een serie vragen te stellen. Door dit zorgvuldig te doen, zul je groeien en spiritueel volwassen worden met als resultaat dat je het ongemak en de ontevredenheid die aan je leven knagen zult overwinnen. Je zult bijvoorbeeld in staat zijn je groeiende haat te analyseren en niet alleen de oorzaken te ontdekken, maar een effectieve manier om deze te verjagen en uiteindelijk te vernietigen.

We lijden vaak door begeerte of vurig verlangen naar iets. Dit komt voort uit ongecontroleerde gevoelens van "geluk" die ervaren worden in relatie tot dat object. Wanneer zulke gevoelens opkomen moet je onderzoeken en duidelijk zien wat er gebeurt. Het is erg belangrijk te onderzoeken waarom deze gevoelens van geluk het ongemak van verlangen en begeerte produceren. Evenzo, wanneer je ongelukkig bent, probeer te ontdekken waarom dat gevoel automatisch leidt tot vijandigheid. Soms voel je je noch gelukkig noch ongelukkig over iets. Dit neutrale gevoel leidt vaak tot mentale versluiering, een staat van onwetendheid waarin je niet lastig gevallen wilt worden of het object in gedachten wilt nemen. Deze drie manieren van reageren op je ervaringen zijn niet altijd grof en duidelijk maar vaak subtiel en bijna niet herkenbaar. Als mensen zijn we altijd onder hun invloed, ofschoon we er ons meestal niet bewust van zijn. Daarom, als je je geest wilt trainen moet je je wijsheid aanscherpen en je meer bewust worden van wat er eigenlijk binnenin aan de hand is.

Wanneer je van dichtbij de belangrijkste kenmerken van je gevoelens bekijkt en ziet hoe ze functioneren, dan zul je iets zeer interessants ontdekken. Als ik hier een stelling mag poneren: ***alle*** psychologische problemen komen van gevoelens. Wanneer een blij gevoel opkomt, wordt je ongecontroleerde geest erdoor van hier naar daar geslingerd. Wanneer het



Jan Paul Kool



Lama Thubten Yeshe

een ontevreden gevoel is, is je geest natuurlijk ongecontroleerd en is het logisch dat er problemen in het verschiet liggen. Zelfs neutrale gevoelens welke noch plezierig noch pijnlijk zijn, leiden uiteindelijk tot problemen en lijden. Je wenst elke oorzaak van deze neutrale gevoelens te negeren en daarom vermijd je de realiteit ervan te onderzoeken. Deze reactie van het jezelf afsluiten van iets, is de eigenlijke natuur van onwetendheid en is geheel tegengesteld aan de ontwikkeling van bevrijdende wijsheidskennis.

Hoewel het juist is dat gevoelens begeerte, haat en andere psychologische problemen produceren, is dit toch maar het halve verhaal. Deze mentale inhouden doen op hun beurt andere verstorende gevoelens opkomen. Het is een cirkel. De één is de oorzaak van de ander en allemaal draaien ze eindeloos rond in ons bewustzijn, terwijl ze daarmee bijna al onze tijd en energie bezetten.

Het is erg waardevol om nauwkeurig in de natuur van je gevoelens te kijken en te onderzoeken wat er gaande is in je bewustzijn, je geest, psyche of hoe je het ook noemt. Dit is zo waardevol en wie zou dat ooit kunnen ontkennen? Onderwijzen de religieuze leringen een meer effectieve benadering om ware vrede van de geest te verwerven? Zijn wetenschap en filosofie tegengesteld aan deze onderzoeksmethode? In het geheel niet. In feite versterkt het hebben van een filosofische achtergrond, zoals eerder gezegd, de realisaties die verkregen zijn door zulke innerlijke ontdekkingen. Zonder zulke versteviging van je overtuigingen, denk je misschien het antwoord te hebben op een bepaald probleem, om dan alleen maar te zien dat het verdwijnt wanneer iemand je er vragen over stelt. Psychologische oplossingen dienen deugdelijk te zijn.

Laat ons wat dieper gaan kijken naar de aard van onze gevoelens. Of ze nu gelukkig, ongelukkig of neutraal zijn, de mentale gevoelens komen voort uit verkeerde onderscheidingen. Zulke onderscheidingen zijn foutief omdat ze gebaseerd zijn op valse projecties van de geest, die je ervan weerhouden de ware natuur van de realiteit te zien. Dit kan verwijzen naar de realiteit van verschijnselen; uiterlijke en innerlijke, levende of levenloze. Gevoelens komen niet alleen op wanneer de ene mens reageert op de andere. Ze kunnen verschijnen in relatie tot van alles. In de meeste conflictgevallen is er een object, en je gestoorde ge-

voelens daaromtrent zijn het subject. Dit kan gedacht worden als zijnde apart en gescheiden van elkaar, zoals wanneer je voelt, "ik haat die persoon". Maar in feite hebben je gevoelens op een bepaalde manier dit object gecreëerd. Hiermee bedoel ik dat het object van je gevoelens in het geheel niets van doen heeft met de realiteit van enig extern verschijnsel. Het is alleen maar de geschilderde projectie van een foutief onderscheidend bewustzijn.

Daarom is het eigenlijk erg eenvoudig om te gaan met potentiële bronnen van mentale conflicten. Herinner je alleen maar dat verstorende gevoelens die binnen jezelf opkomen, het bedenksel zijn van je foutieve bijgelovige geest. Onderzoek het object binnen deze voorwaarden en je zult een helder beeld krijgen van wat er gaande is, zonder je toevlucht te moeten nemen tot een erg gecompliceerde manier van redenering.

Experimenteer gewoonweg met je leven. Telkens wanneer je waarneemt, handelt of voelt, controleer onmiddellijk en kijk of je jezelf misschien voor de gek houdt. Of, meer accuraat gesteld, kijk of je geest onrealistische onderscheidingen projecteert op objecten die je waarneemt en je zo voor de gek houdt door conflicten en verstoringen te veroorzaken.

We denken altijd dat het iemand anders is die onze problemen veroorzaakt, en ons berooft van geluk. Maar als we wat beter kijken is zo'n vijand in het geheel niet te vinden. Sinds beginloze tijden, gedurende ontelbare levens, en vanaf het moment van geboorte in dit leven tot nu toe, zijn we bezig geweest onszelf te bedriegen. Je zult misschien denken: dat heb ik nooit gedaan, ik ben een goed mens. Maar je zult nooit een absoluut inzicht verkrijgen als je op zo'n simplistische manier de dingen beschouwt. Onderzoek je mentale houding ten aanzien van de dingen en ontdek hoe je je foutieve projecties plaatst op mensen die je ontmoet en op al die andere verschijnselen.

De meeste tijd schilderen we. We plaatsen onze begrensde interpretaties op alles. Je kunt deze neiging ontdekken, zelfs zonder een analyse van de uiteindelijke natuur of realiteit te hoeven maken. Neem alleen maar de relatieve, conventionele verschijning van dingen in beschouwing en vraag jezelf, "Wie ben ik? Wat ben ik?" Een zeker definitief beeld van wie je denkt te zijn zal plotseling op het relatieve niveau van werkelijkheid verschijnen. Onderwerp dit zelf-beeld nu aan een kritisch onderzoek. "Ben ik dit werkelijk? Verschijn ik op deze manier aan iedereen, ten allen tijde?" Wanneer je zo'n onderzoek oprecht doet, zal dit geschilderde beeld vervagen. Als je het ziet verdwijnen in de niet-realiteit, zul je voor jezelf ontdekken hoe ook je waarneming van andere verschijnselen vervormd moet zijn. Je zult zien dat je geschilderde zintuiglijke wereld alleen maar een product is van foutieve projecties en dat de gevoelens die opkomen op basis van zo'n foutief universum je heen en weer blijven slingeren tussen verrukking en wanhoop. Deze cirkel van ontevredenheid, gebouwd op illusie is het cyclische bestaan (samsara) en je onderzoek zal uitwijzen dat het wordt gevormd binnenin je eigen geest. De sleutel tot dit onderzoek ligt in je eigen niet-foutieve wijsheidskennis die je een krachtige controle verschaft over je leven.

Er schuilt geen gevaar in het accepteren van deze manier van experimenteren met je dagelijkse ervaringen. Er is niets listigs of misleidens aan zo'n practische filosofie. Je ziet dat je mentale problemen voortkomen uit geschilderde projecties van een illusionaire wereld. Voor de gek gehouden door deze illusie, maak je een verkeerd onderscheid in gevoelens van "dit is goed" en "dit is slecht". Maar deze illusionaire wereld is niemands wereld. Van wie kan 'ie zijn? Onderzoek! Mijn projectie van "Calafornië" is niemand anders z'n projectie. Dat is waarom boeddhistische filosofie zegt dat op deze manier alle verschijnselen gecreeërd zijn, door je eigen geest. Deze woorden hebben een diepzinnige, wezenlijke betekenis is, die niet ontdekt kan worden door een hyprocriete, intellectueel ingestelde geest. Je moet experimenteren en zelf de illusionaire natuur van je projecties ervaren.

Jan Paul Kool

Lama Thubten Yeshe

## Onderzoek is actief !

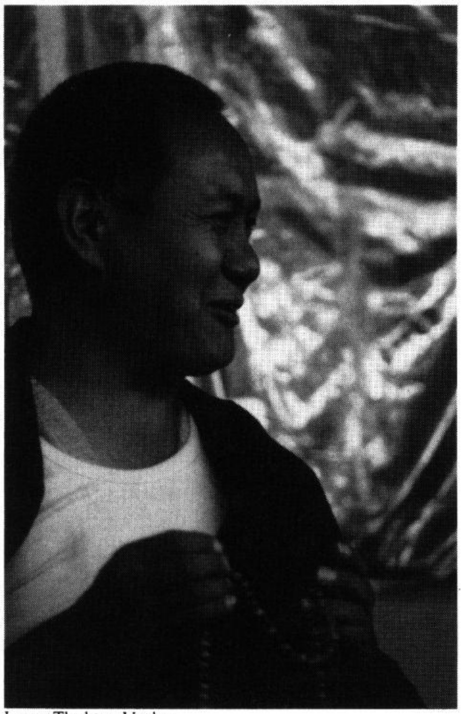
Als je jezelf traint om de dingen op zo'n manier te zien, zul je nooit denken dat jouw problemen de fout zijn van de samenleving, je land, je vader of moeder. Je zult inzien dat het probleem binnenin jezelf zit. Om jezelf voor te bereiden op deze taak van zelfanalyse heb je eerst wat instructies nodig in helder denken. Dit zal je helpen om de vele verschillende mentale verschijnselen die je bloot zult leggen te ordenen. En omdat bepaalde werkelijkheden niet onmiddellijk duidelijk zijn, dienen deze van te voren aan je getoond te worden door een betrouwbare gids. Vanwege dit proces van zelfanalyse is ook hier een aspect van de Leer aanwezig. Maar de ware kracht van

Onderzoek is actief! Meditatie betekent niet in een hoekje gaan zitten en niets doen. Zo is het helemaal niet. Wat je ook aan het doen bent, in wat voor gezelschap je vertoeft, je kunt altijd je geest blijven onderzoeken, of niet soms? Dit is iets wat altijd overal gedaan kan worden. Het is een complete misvatting om van de boeddhistische meditaties te denken dat ze ontworpen zijn voor luie mensen die niet willen werken. "Alles wat die

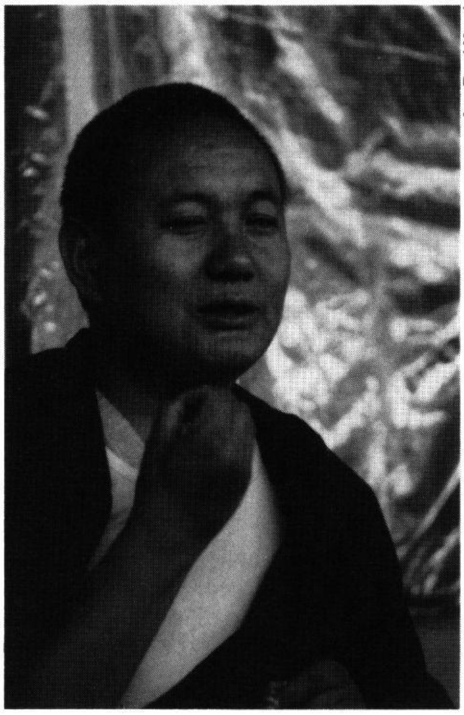
mediteerders doen is zitten, eten, slapen en naar het toilet gaan!" Mensen zonder begrip mogen dit denken als ze dat willen, en enkele van de mediteerders zullen het ook zo ervaren. Maar een ware mediteerder is iemand die volledige verantwoordelijkheid voor zijn of haar groei en ontwikkeling neemt. Zo iemand hoeft niet voor van alles zo bang te zijn dat het noodzakelijk wordt zich in een hoekje te verbergen. Boeddha heeft dit met meditatie nooit bedoeld. Een gering en onvolkomen begrip van Dharma of religie kan onzekerheid in de hand werken en een verlangen om je terug te trekken uit de realiteit. Maar echte meditatie is een actieve en alerte confrontatie die de illusie doorspietst en tot de feitelijke kern van de realiteit doordringt.

Maar er bestaan ook correcte onderscheidingen die de ware essentie van wijsheidskennis is. Die ziet hoe de dingen feitelijk bestaan en helpt je geest te functioneren op een zuivere en heldere manier. Anders zouden dingen verwarrend door elkaar heen lopend verschijnen. Zelfs op een werelds niveau is het erg belangrijk om dit type onderscheid te maken, want anders was je niet eens in staat je lunch te bereiden. Als je zou denken: "Ik ben vrij van alle onderscheiding, dus doe ik alles bij elkaar in deze pan", zou je maaltijd een ramp worden niet-waar?

Dus om diep in je mentale houdingen te kijken en te ontdekken wat versterkt en wat gecorrigeerd zou moeten worden, heb je natuurlijk onderscheiding nodig. Wie is er anders om je te controleren? Wanneer je bijvoorbeeld in diepe meditatie bent, dient een gedeelte van je geest op de achtergrond te blijven waken over de kwaliteit van je meditatie. Het dient te zien of alles correct verloopt of niet. "Stroomt de energie goed?", "Heb ik mijn aandacht nog steeds gericht op het object van meditatie?" Wanneer je dit niet doet, kan je ongecontroleerde geest afdwalen in tienduizend miljoen richtingen. Sommige mensen denken dat diepe contemplatie betekent dat de geest zich op geen enkele manier op enige onderscheiding richt. Maar oplettendheid mag je nooit weglaten. Wat je ook doet - een bepaald Dharma-onderwerp onderzoeken, éénpuntige concentratie proberen te ontwikkelen of diepzinnige wijsheid- je meditatie en je oplettendheid hierop dienen gelijktijdig te zijn. Het is erg belangrijk en waardevol om deze



Lama Thubten Yeshe



Jan Paul Kool

# Meditatie betekent niet in een hoekje gaan zitten en niets doen

oplettende bewaking te plaatsen bij de deurpost van je geest.

Denk eens een ogenblik aan de hoeveelheid energie die naar het boodschappen doen in een supermarkt uitgaat. Het lijkt zo belangrijk en waardevol om de juiste keuze te maken, dat je geheel in beslag wordt genomen door de stralende uitstalling van schoonmaakmiddelen en tandpasta's. "Zal ik deze kopen? Misschien is deze beter. Welke is goedkoper? Deze verpakking ziet er leuker uit". Zoveel energie! Maar terwijl je daar staat in duizelingwekkende besluiteloosheid, vraag je jezelf af wat je werkelijk het meeste plezier schenkt: deze supermarkt artikelen of de wijsheidskennis van je eigen geest. Het plezier dat verschaft wordt door de supermarkt is tamelijk begrensd. Maar een diep inzicht verkregen door wijsheidskennis is een altijd durende vreugde. En verder kan niemand de blijdschap die door zulke wijsheid is verkregen belemmeren of verstoren, omdat ze bestaat binnen het potentieel van je eigen geest. Het enige wat je moet doen is jezelf op een juiste manier trainen en je zult nooit gescheiden worden van dit geluk.

We hebben allemaal zo'n waardevolle, fantastische mogelijkheid om werkelijk iets betekenisvols te doen met ons bestaan. Maar voordat je de beoefening van Dharma, religie of enige andere vorm van mentale cultuur accepteert, moet je duidelijk besluiten wat jou in dit leven het meest te bieden heeft. Kun je werkelijk verwachten tevredenheid te vinden in een doolhof van wereldse verlangens of dien je dieper te zoeken naar de bron van ware vreugde? Als je nooit onderscheid maakt en over deze zaak géén duidelijk besluit neemt, zal je acceptatie van een pad -religieus of niet- een zeer oppervlakkige acceptatie zijn. Er zal weinig spirituele groei zijn omdat het fundament diep binnenin je eigen persoonlijkheid dan ontbreekt. Daardoor zal niets heilzaams in je geest ontstaan zolang die beneveld is door onduidelijkheid en verstorende emoties. Dus richt jezelf alsjeblieft naar binnen. Besluit wat werkelijk het beste voor je is. Ontdek de zuivere natuur van je eigen geest.

Uit: Wisdom Energy: Lama Yeshe and Zopa Rinpoche. Wisdom Publications, London 1984. Vertaling: Gelong Jampel Pharchin.

# Een ervaring

## MIJN EERSTE CURSUS-WEEKEND BIJ HET MAITREYA INSTITUUT

**Al enkele weken van tevoren was de komst van Dagpo Rinpochee duidelijk merkbaar, althans voor mij. Tijdens de dagen dat ik op het Instituut aanwezig was, merkte ik op diverse manieren dat door zijn komst de handen en geesten in een hogere versnelling werkten. Langzaam maar zeker. Het is, heb ik mij laten vertellen, al weer bijna een jaar geleden dat Rinpochee naar Nederland kwam. Verschillende bewonersorganisatoren zijn niet alleen bij de organisatie van de komst van Rinpochee betrokken, maar zijn tevens leerlingen van hem. Zijn komst vervult hen met blijde verwachting. Ik merk dat mijn eigen gevoelens anders zijn. Ik ben nieuwsgierig, dat wel, maar heb eigenlijk geen bepaalde verwachting.**

Sinds september vorig jaar raakte ik nauwer bij het Boeddhisme betrokken en leerde ik ook de mensen achter het Instituut kennen. Maar een cursus volgen deed ik nog niet. Eerst maar eens wat lezen, dacht ik, zoals bij mij gebruikelijk is. En zo had het Instituut aan mij een goede boekafnemer. Ook nog wat verder rondkijken, natuurlijk. Eens kijken of ik mij misschien ook elders thuis kon voelen. Typische nederlands, of had de boeddha dat nu zelf gezegd? Dat weet ik niet meer precies. Dat komt nu van al die boeken lezen. En mijn gevoel werd getroffen - elders. Al snel bleek echter dat ik mijn gevoel te snel had laten spreken. En dat terwijl velen mij ervoor gewaarschuwd hadden, en ik er zelf over gelezen had. Vandaar misschien dan ook de afstandelijkheid bij de komst van Rinpochee? Maar nu heb ik mij dan toch ingeschreven. En er blijken veel mensen hetzelfde gedaan te hebben. Ruim 100 personen uit Nederland. En bovendien nog een groep van 20 franse leerlingen van Rinpochee aan de school voor oriëntale studies te Parijs geeft. Een leraar die een lekenbestaan leidt, denk ik. Zou dat echt heel anders zijn dan een monnikenbestaan? En geeft dat misschien een andere kijk op het leven en de manier van lesgeven van Rinpochee? Hij is zeer traditioneel opgevoed, weet ik. Onder meer aan de grote kloosteruniversiteit van Drepung, nabij Lhasa gelegen. En hij heeft les gehad van 34 meesters; is één van de weinigen die zo'n groot aantal overleveringslijnen mocht ontvangen. En nu woont hij dan in het Westen, werkt er en geeft er les. In de "lichtstad",

Lucienne

Dagpo Rinpochee

Maitreya Instituut

Rinpochee is vrijdag gearriveerd en rust even uit. Zaterdag beginnen zijn lessen, die gegeven zullen worden (aan de hand van "de) Basis Van Alle Goede Eigenschappen". Ik heb de tekst van tevoren - kort- ingezien. Hij bestaat uit 14 verzen, die op de hartpagina's van het Maitreya-handboek "Gebeden en meditaties" worden vermeld. Slechts twee pagina's, denk ik. Kun je daar een heel weekend les over geven? Op vrijdagavond opent Geshela het weekend. Het is ook de eerste keer dat ik hem zie en hoor lesgeven. Ik merk dat het accent bij mij die avond op het eerste ligt. Ben trouwens ook mijn notitieblok vergeten. De les is een introductie op wat Rinpochee de komende dagen zal overdragen. De opbouw is helder, Geshela is vol humor, toch dwaalt af en toe mijn gedachten af. Ik kijk naar Hans -de vertaler- die ik nu "echt" aan het werk zie, en stel vast dat een aantal cursisten, waaronder de Fransen, nog niet aanwezig is. Omdat ik apart slaap, heb ik geen kennis gemaakt me de andere cursisten. Merk de volgende dagen ook dat apart slapen je op contactachterstand zet. Rustig is het wel. En 's morgens vroeg alweer de vogels. Dat is als stadsmens toch even wennen.

Zaterdagochtend beginnen de lessen van Rinpochee, om tien uur precies. Strakke organisatie. En dat met al die mensen! Want vol is het. De Fransen zijn er inmiddels ook. (Leuk, één van hen blijkt een bekende van me te zijn.) Ze zitten in een apart hoekje van de Gompa. Dan kan er voor hen ook vertaald worden. Men zet een welkomsgezang voor Rinpochee in. Iedereen kijkt naar de deuropening. Rinpochee "draait de hoek om" en loopt de Gompa in. Een beetje gebogen, zie ik. Hoe oud is hij ook alweer? Bijna zestig, maar zijn gezicht oogt jong.

Als hij eenmaal zit kan ik ook zijn ogen zien. Zacht, lachend, soms geconcentreerd, maar steeds alles in zich opnemend. Zo zie ik ze ook de komende dagen. Zou hem wel eens iets ontgaan? In ieder geval een leraar om rekening mee te houden, denk ik. Hoe dan ook, de lessen beginnen. Op de achtergrond hoor je af en toe een Franse vertaling. Rinpochee gaat recht op de man -en de vrouw- af. Legt uit dat wij hier met een bepaald doel aanwezig zijn en dat wij - dan ook- anders moeten weggaan dan we gekomen zijn. Een man naar mijn hart, denk ik. Waren alle werkgevers maar zo. Dan bouwt hij zijn verhaal op, glashelder. Af en toe onderken ik het niet als hij even een zijsprong maakt. Dan helpt mijn notitieblok , dat ik nu wel bij me heb. Rinpochee gaat behoorlijk diep in op de relatie leraar-leerling. Het eerste vers. Ik kijk naar de hoeveelheid notities, die ik al heb... Zou Rinpochee op deze manier wel alle verzen kunnen behandelen? Later blijkt dat hij dat inderdaad kan. Alleen niet alle verzen even uitvoerig. Gelukkig zijn er banden van de lessen verkrijgbaar, want ik slaag er niet in om alles, en dan ook nog systematisch, op te schrijven. Aan het einde van de lessen blijkt dit toch wel nodig geweest te zijn. Rinpochee geeft ons namelijk een opdracht mee: "Leer de tekst uit je hoofd en laat hem op je inwerken. Maak er een overzichtsmeditatie van, kort en puntsgewijs. Maak het niet te uitgebreid. Wij kunnen pas iets toevoegen als het ons pakt. Herhaal dit proces." Op dat moment denk ik dat ik voorlopig wel vooruit kan met deze opdracht. De basis van de Lam Rim, had Rinpochee eerder gezegd. De opdracht is eenvoudig geformuleerd, maar de uitvoering... Ik denk daarover na. Ik heb het weekend anders afgesloten dan ik eraan begonnen ben. Er is bij mij een warm gevoel ontstaan voor een leraar, die zeer helder en met beide benen op de grond zijn lessen geeft. Een man die groot respect afdwingt door zijn kennis, kunde en warmte. En ook is bij mij de wil opgewekt om zijn opdracht uit te voeren. Was dat misschien het effect dat Rinpochee beoogde!

door: Ludo Timmerman

# Filmrecensies

## "GHOST"

"Ghost" van Jerry Zucker, met Patrick Swayze, Demi Moore en Whoopi Goldberg.

De film Ghost (Geest) beschrijft, zoals regisseur Jerry Zucker het tijdens de uitreiking van de Academy Award (Oscar) uitdrukte niet een vraag, maar een spirituele realiteit. De kracht van de film ligt in de manier waarop wordt uitgebeeld hoe de yuppie-hoofdpersoon na zijn plotselinge dood niet ingaat op de lokkende straling van "het licht", maar er voor kiest als geest of nauwkeuriger gezegd als bardo-wezen in de staat tussen sterven en wedergeboorte in de buurt te blijven van het object van zijn liefde en gehechtheid, zijn wonderschone vriendin, een rol die voortreffelijk wordt gespeeld door Demi Moore.

Het pijnlijke isolement waarin de gestorvene terecht komt doordat hij haar kan zien en horen maar zij hem niet, en de wanhoop die hij daardoor ervaart worden levendig en op gevoelige wijze tot uitdrukking gebracht.

Een en ander komt bovendien overeen met de beschrijvingen van het bestaan in de tussenstaat, zoals we die aantreffen in de eeuwenoude wijsheid van het Tibetaanse boeddhisme. Het medium met wier hulp hij er vervolgens toch in slaagt contact te maken - een luchtige rol vertolkt op de humoristische wijze die we in Whoopi's eerdere films "Burglar" en "Jumping Jack Flash" al van haar kennen - en de gebonden geest die in het netwerk van de ondergrondse treinen leeft en onze held wegwijs maakt in het gebied van etherische energieën en vormen, komen ook weer overeen met de boeddhistische kennis van deze fenomenen. De afgang van de moordenaar, die na zijn gewelddadige dood jammerend door donkere schaduwen naar de onderwereld wordt afgevoerd stemt tot nadenken evenals de uiteindelijke overgave van onze held aan de magnetische aantrekkingskracht van het licht.

Al met al een zeer geslaagde uitbeelding van een aantal voor de meeste nuchtere Nederlanders moeilijke onderwerpen in een door boeddhistische ogen gezien inspirerende en diep ontroerende film waarin de humor gelukkig niet ontbreekt.

## "FLATLINERS"

"Flatliners" van Joel Schumacher, met Kiefer Sutherland, Julia Roberts, Kevin Bacon, William Baldwin en Oliver Platt.

Wat gecompliceerder ligt het verhaal in Flatliners, waar een vijftal geniale medische studenten een gewaagd onderzoek doen naar het stervensproces en een eventueel leven na de dood, door bij elkaar een hartstilstand te forceren.

De grootste spanning blijft terecht geconcentreerd rond de momenten waarop de klinisch dode student door zijn vrienden wordt "teruggehaald".

De film behandelt niet alleen een actueel thema, waar men in wetenschappelijke kringen niet langer meer om heen kan nu steeds meer verklaringen van tijdelijk dode en teruggehaalde personen zich opstapelen, het script is bovendien sterk geënt op het boeddhistische inzicht in karma, het verband tussen onze activiteiten en onze ervaringen.

Hoewel in de film per student alleen het sterkste karma een rol speelt, kan de doordenker zich voorstellen hoe het er aan toe zal gaan tijdens en na het sterven wanneer in de tussenstaat (bardo-periode) met de snelheid van de gedachte evenzovele karmische winden tegelijkertijd gaan waaien.

Een positieve noot: het is nooit te laat om je geweten te zuiveren en het rijpen van vervelende of zelfs pijnlijke karmische gevolgen te voorkomen.

De manier waarop omstandigheden een grote rol spelen bij het activeren van specifieke karmische indrukken is door de makers niet over het hoofd gezien, evenmin als het effect van de verschillende mentale houdingen van de verschillende karakters op de manier waarop ze met hun karma omgaan.

Kortom, een wervelende film over een actueel thema met een volwassen recht-door-zee benadering van gevoelige onderwerpen zoals dood, bewustzijn, karma en geweten.

Hans

# Kinderpagina

## EEN INTERVIEW VAN DE MEESTER DAGPO RINPOCHEE DOOR LIANG TJOA

Maitreya Instituut

Dagpo Rinpochee en Liang Tjoa

**Hoe en wanneer bent u herkend als gereïncarneerde leraar?**

Toen ik nog in de buik van mijn moeder zat vertelde een orakel/beschermer tegen mijn moeder dat zij zou bevallen van een lama. In het jaar van mijn geboorte (1952) werd ik door de dertiende Dalai Lama herkend als de incarnatie van Jampel Lhundup.

**Was u als kind vaak stout?**

Ja, ik was als kind vaak ondeugend. Ik ging vaak naar de schapen en geiten. Ik probeerde er dan een te pakken zodat ik er op kon rijden. Ook maakt ik van takken een pijl en boog. Ik maakte zelf een doelwit. Daar probeerde ik dan op te mikken.

**Als u zich nou verveelde als u op de troon moest zitten, wat ging u dan doen?**

Ik kan mij niet herinneren dat ik mij verveelde, ik zei mijn gebeden, deed mee in de lessen en dergelijke. Ik verveelde me niet.

**Hou oud was u toen u in het klooster ging?**

Ik was nog heel jong toen ik naar het klooster ging, drie of vier jaar. Pas toen ik acht was werd ik Getsül (noviet). In de vakanties ging ik naar mijn ouders, maar mijn ouders kwamen mij ook vaak in het klooster opzoeken.

**Wij moeten nog studeren en naar school gaan, en toch willen we het boeddhisme beoefenen. Hoe kunnen we dat het beste doen?**

Het is heel goed dat kinderen van jouw leeftijd (= 12 jaar) naar school gaan, dat is heel belangrijk. In de vakanties kun je doen wat je wilt, bijvoorbeeld naar het Maitreya Instituut gaan en meedoen met de boeddhistische activiteiten daar. Het belangrijkste dat je kunt doen wat boeddhistische activiteiten betreft, is diep respect te hebben voor al het leven. Dus ook voor de dieren en de insekten en op te passen dat je ze niet doodt. Voor huisdieren dien je altijd aardig te zijn maar ook voor je klasgenoten. Probeer zo goed mogelijk met ze op te schieten. Probeer aardig en hulpvaardig naar anderen toe te zijn. Dit is de beste manier om een goede boeddhist te worden. Wat het niet doden van insekten en het niet slaan van dieren betreft, moet je beseffen waarom je dat niet moet doen. Het is geen kwestie van een regel, zo van "dat mag je niet doen". Je moet proberen te begrijpen dat al die andere wezens dezelfde gevoelens hebben als wijzelf. Je vindt het zelf ook niet prettig als iemand anders je pijn doet. Dezelfde angst die wij ervaren als iemand ons wil slaan, diezelfde angst voelen de dieren ook. Het is niet goed een dier te slaan net zoals het niet goed is als iemand anders jou zou slaan. Het is belangrijk dit te begrijpen.

Als je wakker wordt en opstaat kun je eerst drie neerbuigingen doen voor de Drie Juwelen en dan een aantal keren de mantra van Mandjoeshri (OM AH RA PA TSA NA DI) reciteren. Dit zal je studie ten goede komen en het verbetert je wijsheid en intelligentie.

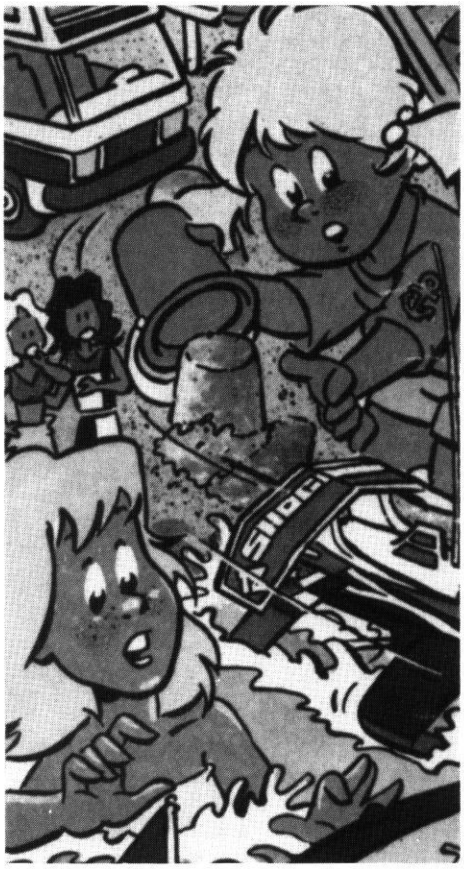
**Als we naar de les gaan is het moeilijk op je stoel te blijven zitten en op te blijven letten. Kunt u advies geven over wat te doen tijdens die lange lessen?**

Als het lange lessen zijn, is het het beste om voor de les naar Geshe-la of Rinpochee (afhankelijk van wie er les geeft) toe te gaan en te zeggen: Ik wil er graag bij zijn, maar dan alleen de eerste helft. Je kunt dan toestemming vragen om na een tijdje weg te mogen. Je kunt dan in de hal gaan zitten en zorgen dat je de anderen niet stoort. Een ander idee -het zou een goed idee zijn als dit geörganiseerd zou worden - is speciaal voor jullie lessen te organiseren die meer geschikt zijn voor kinderen en ook niet zo lang duren.

**Dat is alles, dank u wel.**

Vertalers: Rosemary Patton en Alex van Baar.

# Speelgoed voor kinderen



Om onze soms onverwachte, kleine gasten ook wat te kunnen bieden willen we jou vragen om het speelgoed dat je over hebt, waar je op bent uitgekeken of dat je met plezier wilt afstaan, naar het Maitreya Instituut te (laten) brengen zodat we een speelhoek kunnen maken.

Speelgoed voor kinderen van alle leeftijden tussen 0 en 16 jaar is welkom. Speelgoed voor binnen (rammelaars, blokkedozen, lego, mecano, poppen, auto's, poppenkast, poppenhuis, puzzels, kleurboeken, strips, leesboeken, spelletjes, computerspelletjes . . .) en speelgoed voor buiten (badminton, wigwam, fietsjes, kegels, cricket, zandbak, glijbaan, schommel . . .).

Er zal dankbaar gebruik van worden gemaakt.

# Tibet nieuws

## DE GROTE ONTSNAPPING

**Tsen Tenzin Gyaltsen, 24 jaar oud, vertelt over het leven in het door China bezette Tibet en over het lot van de monniken aldaar.**

Ik ontsnapte samen met een andere monnik. Wij liepen en liftten van Lhasa naar Mt. Kailash waar we met elf andere monniken een groep vormden voordat wij de grens met Nepal overgingen. In totaal waren wij meer dan twee maanden onderweg. De grens met Nepal is gevaarlijk omdat wij gedeporteerd hadden kunnen worden. En in plaats van ons veilig te laten passeren, moesten wij de grensbewaking betalen. Wij moesten hen zelfs onze jassen, schoenen en andere bezittingen geven. Hadden wij dat niet gedaan, dan waren wij niet doorgelaten. Een paar dagen voordat wij de grens bereikten had de Nepalese politie 42 Tibetanen die probeerden te ontvluchten aan de Chinese autoriteiten overgedragen. Eenmaal in Nepal moesten wij Nepalese gidsen in dienst nemen om ons door hun gebied te loodsen. Bij de Nepal-India grens moesten wij weer geld geven. Ik gaf Rs 500 aan de Nepalese bewakers en Rs 2200 aan de Indiase bewakers aan de grens. Dit vonden wij geen van allen erg omdat India ons gastland is. Toen wij India bereikt hadden waren wij veilig en we voelden ons enorm opgelucht.

Ik heb altijd monnik willen zijn. Van de twaalf leden van mijn familie zijn er vijf monnik, maar ik mocht niet naar Lhasa gaan. Misschien komt dit omdat ik toen ik twaalf jaar oud was de Chinese vlag verscheurd had en van anti-revolutionair gedrag werd beschuldigd. Ik werd opgepakt en ondervraagd, maar toen ik zestien jaar oud was ben ik toch naar Lhasa gegaan en drie jaar later ben ik toegetreden tot het Sera Klooster (een van de drie voornaamste kloosteruniversiteiten). Pas later werd ik uitgeroepen tot 'tulku' of geïncarneerde Meester.

Gedurende de vijf jaar waarin ik in Sera verbleef, werden wij voortdurend lastiggevallen. In het klooster horen wij boeddhistische filosofie en metafysica te studeren, maar dit werd ons onmogelijk gemaakt doordat de Chinezen ons dwongen Chinese kranten, tijdschriften en andere lectuur te lezen. In plaats van op de voorgeschreven tijden gebeden op te zeggen, waren er politieke lezingen en propaganda over het Chinese politieke systeem.

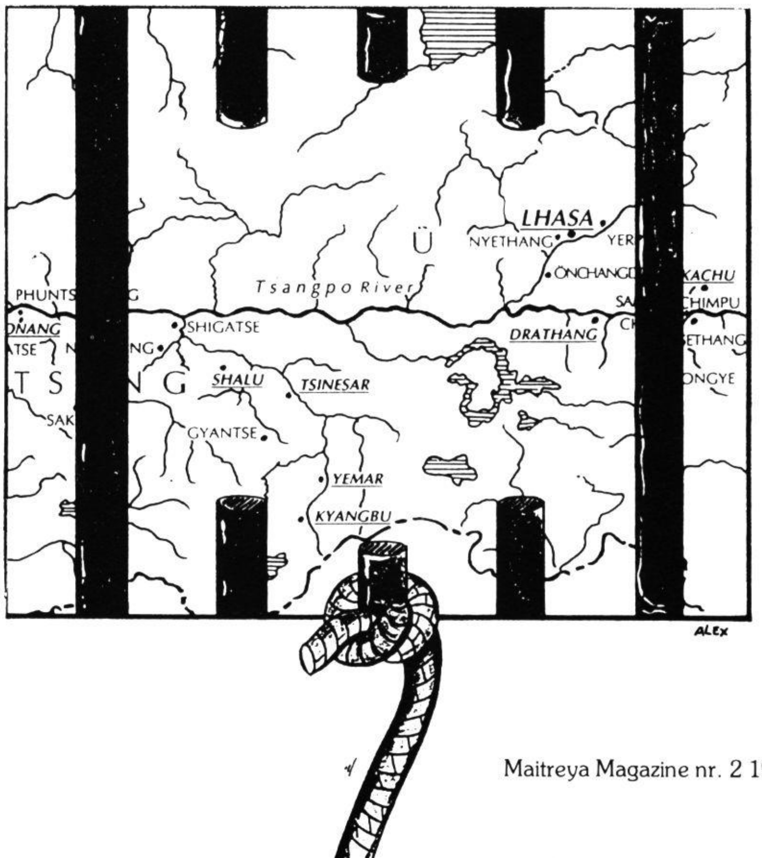
Monniken, vooral niet-ingeschreven monniken, worden voortdurend in de gaten gehouden en hun activiteiten worden nauwlettend geobserveerd. Als twee monniken in een hoekje staan te praten worden zij meteen ontboden voor een verhoor en als zij na tien uur 's avonds nog buiten zijn, worden zij van anti-revolutionaire activiteiten en diefstal beschuldigd. In elk klooster is een politiebureau en er wordt van elke monnik een dossier bijgehouden met hun biodata, foto en vingerafdrukken. Zelfs bezoekers aan het klooster of pelgrims worden niet gespaard. Veiligheidsmensen plaatsen stempels op de armen van de gelovigen voor zij toegelaten worden. Dit alles beïnvloed ook het klooster. Voor de Chinese bezetting waren er 5.500 monniken in Sera. Nu, zelfs na de zogenaamde open politiek van de Chinezen, mogen er maar 300 monniken ingeschreven worden en dit aantal wordt niet bereikt. Er vindt een grondig onderzoek plaats van elke monnik die zich aan het klooster wil verbinden.

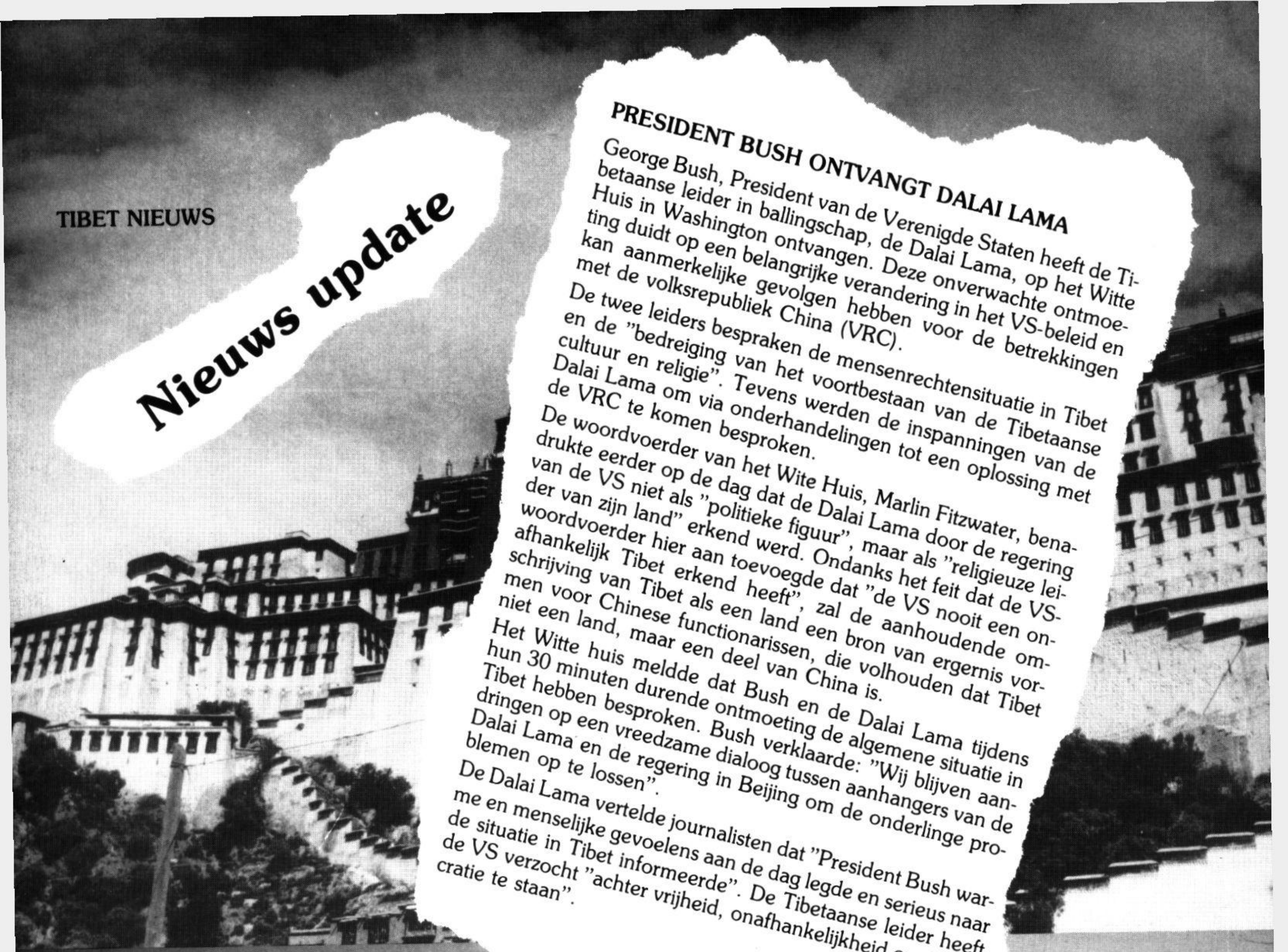
In Tibet worden ons de meeste fundamentele mensenrechten onthouden. Hoewel de Chinese grondwet de rechten van de minderheden waarborgt, komt hier in werkelijkheid niets van terecht. De Chinezen hebben de macht over alles en de Tibetanen wordt alle macht uit handen genomen.

Na de opstand van 1987-88, waaraan ik niet deelnam omdat de activiteiten van een geïncarneerde Meester nauwlettend in de gaten worden gehouden, werd ik toch opgepakt. Op 5 maart 1988 werd ik gearresteerd omdat er in het klooster een propaganda bijeenkomst werd georganiseerd. Daar had ik gesproken over democratie en vrijheid, in het bijzonder religieuze vrijheid, de onafhankelijkheid van Tibet en haar culturele en geografische identiteit. Ik had een lang stuk geschreven over Tibetaanse onafhankelijkheid en het naar het werkcomité gestuurd met de vraag of zij het door wilden sturen naar Beijing. In plaats daarvan werd het aan de politie overhandigd en ik werd gearresteerd.

Er is geen sprake van mijn terugkeer naar Tibet onder deze omstandigheden. Ik kan alleen maar teruggaan wanneer Tibet weer onafhankelijk is. Ik verzoek de Verenigde Naties ons hierin te helpen door de vreedzame voorstellen die geïnitieerd zijn door de Dalai Lama te steunen. Ik hoop ook dat India op een of andere manier begingesprekken en/of de Tibetaanse zaak wil steunen in de V.N. gezien het feit dat een aantal westerse landen Tibet wil steunen.

Vertaling: Paula de Wijs-Koolkin





# Nieuws update

## PRESIDENT BUSH ONTVANGT DALAI LAMA

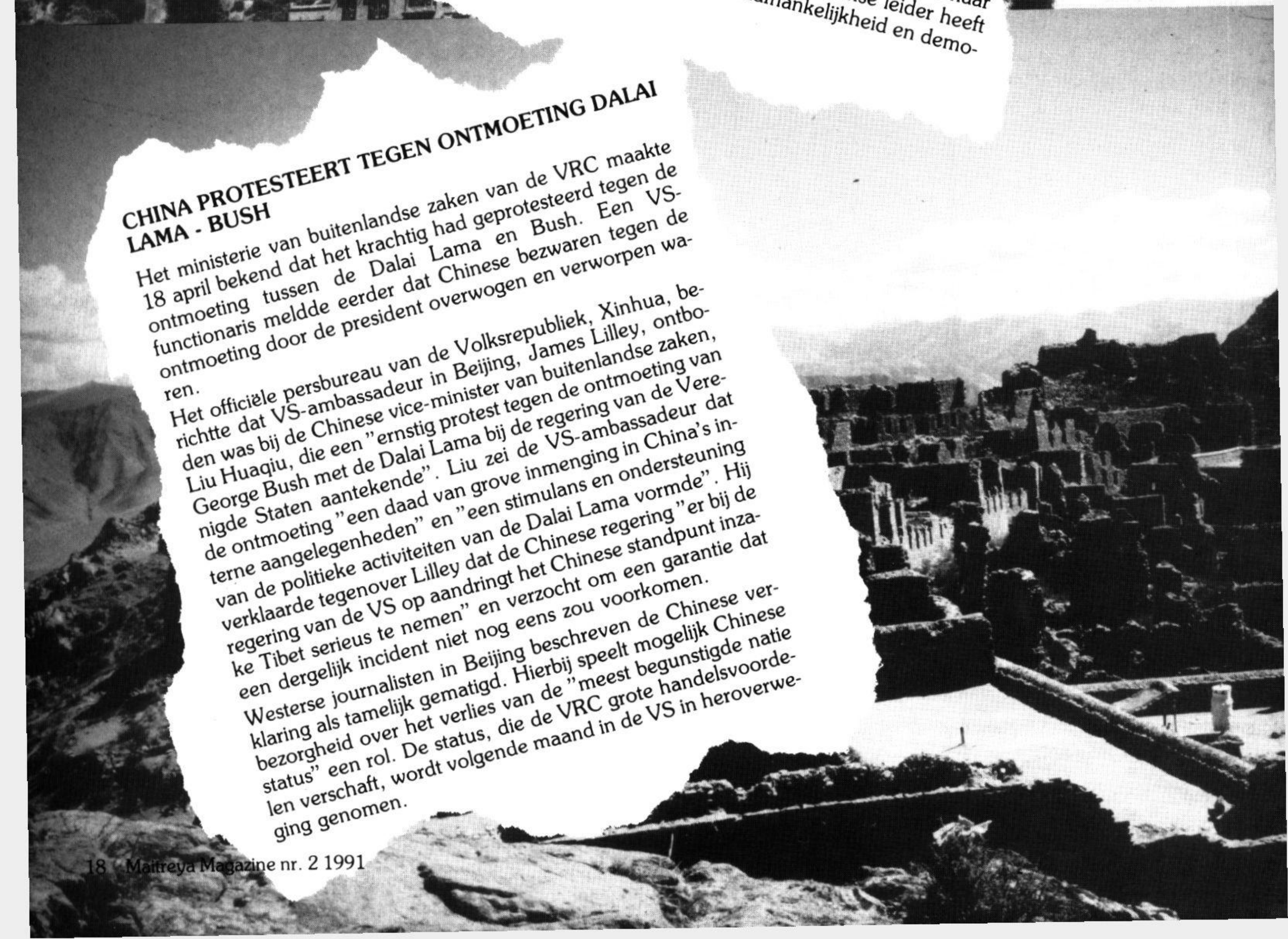
George Bush, President van de Verenigde Staten heeft de Tibetaanse leider in ballingschap, de Dalai Lama, op het Witte Huis in Washington ontvangen. Deze onverwachte ontmoeting duidt op een belangrijke verandering in het VS-beleid en kan aanmerkelijke gevolgen hebben voor de betrekkingen met de volksrepubliek China (VRC).

De twee leiders bespraken de mensenrechtensituatie in Tibet en de "bedreiging van het voortbestaan van de Tibetaanse cultuur en religie". Tevens werden de inspanningen van de Dalai Lama om via onderhandelingen tot een oplossing met de VRC te komen besproken.

De woordvoerder van het Wite Huis, Marlin Fitzwater, benadrukte eerder op de dag dat de Dalai Lama door de regering van de VS niet als "politieke figuur", maar als "religieuze leider van zijn land" erkend werd. Ondanks het feit dat de VS-woordvoerder hier aan toevoegde dat "de VS nooit een onafhankelijk Tibet erkend heeft", zal de aanhoudende omschrijving van Tibet als een land een bron van ergernis vormen voor Chinese functionarissen, die volhouden dat Tibet niet een land, maar een deel van China is.

Het Witte huis meldde dat Bush en de Dalai Lama tijdens hun 30 minuten durende ontmoeting de algemene situatie in Tibet hebben besproken. Bush verklaarde: "Wij blijven aandringen op een vreedzame dialoog tussen aanhangers van de Dalai Lama en de regering in Beijing om de onderlinge problemen op te lossen".

De Dalai Lama vertelde journalisten dat "President Bush warme en menselijke gevoelens aan de dag legde en serieus naar de situatie in Tibet informeerde". De Tibetaanse leider heeft de VS verzocht "achter vrijheid, onafhankelijkheid en democratie te staan".



## CHINA PROTESTEERT TEGEN ONTMOETING DALAI LAMA - BUSH

Het ministerie van buitenlandse zaken van de VRC maakte 18 april bekend dat het krachtig had geprotesteerd tegen de ontmoeting tussen de Dalai Lama en Bush. Een VS-functionaris meldde eerder dat Chinese bezwaren tegen de ontmoeting door de president overwogen en verworpen waren.

Het officiële persbureau van de Volksrepubliek, Xinhua, berichtte dat VS-ambassadeur in Beijing, James Lilley, ontboden was bij de Chinese vice-minister van buitenlandse zaken, Liu Huaqiu, die een "ernstig protest tegen de ontmoeting van George Bush met de Dalai Lama bij de regering van de Verenigde Staten aantekende". Liu zei de VS-ambassadeur dat de ontmoeting "een daad van grove inmenging in China's interne aangelegenheden" en "een stimulans en ondersteuning van de politieke activiteiten van de Dalai Lama vormde". Hij verklaarde tegenover Lilley dat de Chinese regering "er bij de regering van de VS op aandringt het Chinese standpunt inzake Tibet serieus te nemen" en verzocht om een garantie dat een dergelijk incident niet nog eens zou voorkomen.

Westerse journalisten in Beijing beschreven de Chinese verklaring als tamelijk gematigd. Hierbij speelt mogelijk Chinese bezorgheid over het verlies van de "meest begunstigde natie status" een rol. De status, die de VRC grote handelsvoordelen verschaft, wordt volgende maand in de VS in heroverweging genomen.

## OFFICIËLE MENSENRECHTEN MISSIE ZAL CHINA BEZOEKEN

De VRC heeft de Australische regering toestemming verleend een officiële delegatie te sturen om de mensenrechten situatie in China te onderzoeken. Minister van buitenlandse zaken van Australie, Mr. Evans, maakte dit bekend tijdens een persconferentie op 24 april in Beijing. Hij verklaarde dat het plan uitgebreid was besproken met premier Li Peng en minister van buitenlandse zaken Qian Qichen tijdens het officiële bezoek van Mr. Evans aan China.

De belangstelling voor de missie die door Mr. Evans als een belangrijke doorbraak wordt gezien, duidt erop dat China mensenrechten niet langer als een "interne aangelegenheid" lijkt af te doen.

Het bezoek zal plaatsvinden in juli en ook Tibet zal bezocht worden. De groep zal bestaan uit twee parlementsleden, twee wetenschappers, een medewerker van het ministerie van buitenlandse zaken en een vertegenwoordiger van de Australische "Human Rights and Equal Opportunities Commission".

Bron: TIN

## SENAAT VS VERKLAART STEUN VOOR TIBETAANSE VRIJHEID.

De steunverklaring werd verwoord in een resolutie, welke unaniem door de senaat werd aangenomen op 19 april 1991. De verwachting is dat het Huis van Afgevaardigden in de loop van deze week een gelijkgestemde resolutie zal aanvaarden.

De resolutie verklaarde te geloven dat "alle Amerikanen het eens zijn over het doel van vrijheid en mensenrechten voor Tibet". Het voegde hieraan toe dat "wanneer het Tibetaanse volk en Z.H. de Dalai Lama voortgaan op hun weg naar de vrijheid, het congres en het Amerikaanse volk hen ter zijde zullen staan".

Het gebruik van de term "vrijheid" in de resolutie suggereert een openlijke steun voor de politieke aspiraties van de Tibetanen, en betekent een belangrijk keerpunt in de internationale steun voor Tibetaanse nationalisten. Eerdere uitspraken door westerse parlementen tekenden protest aan tegen schendingen van de mensenrechten in Tibet, maar hebben de kwestie van de status van Tibet geprobeerd te mijden.

Deze resolutie is van historische betekenis daar op directe wijze de territoriale claims van de VRC op Tibet worden betwist. In de resolutie was een clausule opgenomen die opmerkte dat in het rapport van de ICJ (International Commission of Jurists, in Nederland NJCM) van 1960 geconstateerd werd dat "Tibet tussen 1913 en 1950 aan de voorwaarden voor een onafhankelijke staat, zoals in het algemeen geaccepteerd volgens internationaal recht, voldeed".

Dit is de eerste uitspraak door enig parlement sinds tenminste 1971, waarin naar Tibet als een soeverein functionerend land voor de Chinese invasie in 1949/1950 verwezen wordt.

De resolutie werd voorgesteld door de leiders van beide partijen in de senaat, alsmede door de senatoren Pel en Helms, die het invloedrijke comité inzake buitenlandse relaties van de senaat voorzitten.

## MONGOLIË ANNULEERT BEZOEK VAN DE DALAI LAMA ONDER CHINESE DRUK

Een regeringswoordvoerder van de Mongoolse Republiek heeft op 24 april 1991 aangekondigd dat het de Dalai Lama niet zal toestaan een belangrijke religieuze ceremonie in Mongolië op te dragen. "China maakt het onmogelijk" zei woordvoerder T. Chimedorj, "China oefent zware druk uit op de regering van Mongolië. Wij kunnen ons een moedige beslissing als Bush niet veroorloven".

Het einde van USSR subsidies aan Mongolië verleden jaar heeft de Republiek ertoe gebracht handelscontracten met de VRC aan te gaan. Samenwerking met China speelt een belangrijke rol in het verkrijgen van toegang tot de zee via een Chinese haven.

Mr. Chimedorj liet weten dat het voorgenomen bezoek van Chinese president Yang Shankun afgelast zou kunnen worden als het bezoek van de Dalai Lama aan Mongolië plaats zou vinden.

Volgens een woordvoerdster van de Dalai Lama, Mrs. Takla, had het voorgenomen bezoek een zuiver religieuze bedoeling. "China, dat zegt religieuze vrijheid in Tibet te garanderen, probeert nu de religieuze activiteiten van naburige landen te controleren", liet zij in een reactie weten.

Bronnen: Tibet Information Network, London; Tibet Support Group - Ireland; Wall Street Journal.

Vertaling: Tibet Support Groep - Nederland

# Introductie Boeddhistische Unie Nederland

EEN KENNISMAKING

**De BUN is de vereniging van boeddhistische groeperingen in Nederland, waarbij ook het Maitreya Instituut is aangesloten. Zij stelt zich ten doel om de contacten en samenwerking tussen de verschillende boeddhistische stromingen of tradities te bevorderen. Jaarlijks wordt er een kennismakingsbijeenkomst gehouden, de laatste was in het Maitreya Insituut georganiseerd. Hierdoor kunnen geïnteresseerden ieder jaar opnieuw een indruk krijgen van een bepaalde traditie of organisatie en tevens vindt er de formele BUN vergadering plaats.**

Goed om te weten is dat vanuit de BUN diverse werkgroepen functioneren die ieder een bepaalde problematiek uitdiepen en verduidelijken. Zo is er de werkgroep Geestelijke Zorg, die probeert psychologische/spirituele hulp te bieden aan hen die daar behoefte aan hebben. De werkgroep Lijkverzorging verzamelt informatie omtrent "boeddhistisch sterven" en wat er daarna allemaal - wettelijk - tot de (on)mogelijkheden behoort.

Voorts is er de nieuwe werkgroep Onderwijs en Leermiddelen, die ondermeer aanbevelingen wil geven omtrent reeds bruikbaar onderwijsmateriaal, verbeteringen wil suggereren en het literair en audiovisueel materiaal zal inventariseren. Tevens zal ze als vraagbaak en wegwijzer dienen voor boeddhistische docenten en voor scholen die lessen wensen te ontvangen.

Internationaal is de BUN aangesloten bij de Europese Boeddhistische Unie (EBU), die bezig is zich officieel te laten registreren bij de UNESCO, wat een basis kan zijn voor toekomstige subsidiëringen en onderwijsprojecten.

De volgende jaarlijkse BUN bijeenkomst zal op 15 september in Tidorp worden gehouden met als thema 'Boeddhisme en Ecologie'. Hebt U vragen aan of over de BUN, dan kunt U schrijven naar BUN, Postbus 17286, 1001 JG Amsterdam of bellen naar mevr. Jildi Mohamad Sjah (secretaris) 010-4157097.

Gelong Jampel Pharchin

## EUROPESE LAM RIM MEDITATIE CURSUS 1991 IN SPANJE

**Van 1-12 augustus zal de tweede Europese Lam Rim Meditatie Cursus worden gehouden in het RETRAITECENTRUM OSEL LING te BUBION, GRANADA.**

Het idee achter de Europese Lam Rim Meditatie Cursus is een volledig overzicht van de boeddhistische filosofie te geven met de methoden voor meditatie en gelegenheid tot discussie om een zo grondig mogelijk begrip van de onderwerpen te verwerven. Door deze cursus in Europa te houden zou het voor degenen die niet naar Nepal kunnen reizen mogelijk worden een intensieve kennismaking met de boeddhistische filosofie en meditatie bij te wonen.

Tijdens de eerste Europese Lam Rim Meditatie Cursus die vorig jaar in het Maitreya Instituut in Nederland werd gehouden, waren veel van de deelnemers ervaren Dharma studenten die deze gelegenheid aangrepen als een opfriscursus en als een mogelijkheid met hun Dharma broeders en zusters samen te zijn. De driehonderd mensen die op de cursus vorig jaar verschenen gaven sterk de indruk dit idee te steunen, dus we verwachten dat dit het begin is van een lange traditie.

De cursus in Osel Ling zal worden gegeven door de in Spanje wonende Geshe Tenpa Dhargye en door Kathleen Mc Donald.

Reservering is belangrijk. U kunt daartoe contact opnemen met

**O.SEL.LING Centro de Retiros**
**18412 Bubion, Granada**
**958-763088**

Jan Paul Kool

Osel Rinpochee

# Overzicht van de gebedsdiensten en van de bijzondere feest- en gebedsdagen

OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIENSTEN

**VAN JUNI T/M DECEMBER 1991**

| | | |
|---|---|---|
| **Juni** | | |
| Vrijdag | 7 | Offerande aan de Spirituele Meesters |
| Woensdag | 12 | Offerande aan de Dharma Beschermers |
| Woensdag | 19 | Wassende maan Tara Offerande |
| Vrijdag | 21 | Offerande aan de Spirituele Meesters |
| Donderdag | 27 | Volle maan Tara Offerande |
| **Juli** | | |
| Zondag | 7 | Offerande aan de Spirituele Meesters |
| Donderdag | 11 | Offerande aan de Dharma Beschermers |
| Vrijdag | 19 | Wassende maan Tara Offerande |
| Zondag | 21 | Offerande aan de Spirituele Meesters |
| Vrijdag | 26 | Volle maan Tara Offerande |
| **Augustus** | | |
| Maandag | 5 | Offerande aan de Spirituele Meesters |
| Zaterdag | 10 | Offerande aan de Dharma Beschermers |
| Zaterdag | 17 | Wassende maan Tara Offerande |
| Maandag | 19 | Offerande aan de Spirituele Meesters |
| Zondag | 25 | Volle maan Tara Offerande |
| **September** | | |
| Dinsdag | 3 | Offerande aan de Spirituele Meesters |
| Zondag | 8 | Offerande aan de Dharma Beschermers |
| Maandag | 16 | Wassende maan Tara Offerande |
| Woensdag | 18 | Offerande aan de Spirituele Meesters |
| Maandag | 23 | Volle maan Tara Offerande |
| **Oktober** | | |
| Donderdag | 3 | Offerande aan de Spirituele Meesters |
| Maandag | 7 | Offerande aan de Dharma Beschermers |
| Woensdag | 16 | Wassende maan Tara Offerande |
| Vrijdag | 18 | Offerande aan de Spirituele Meesters |
| Woensdag | 23 | Volle maan Tara Offerande |
| **November** | | |
| Vrijdag | 1 | Offerande aan de Spirituele Meesters |
| Woensdag | 6 | Offerande aan de Dharma Beschermers |
| Donderdag | 14 | Wassende maan Tara Offerande |
| Zaterdag | 16 | Offerande aan de Spirituele Meesters |
| Donderdag | 21 | Volle maan Tara Offerande |
| Zaterdag | 30 | Offerande aan de Spirituele Meesters |
| **December** | | |
| Donderdag | 5 | Offerande aan de Dharma Beschermers |
| Zaterdag | 14 | Wassende maan Tara Offerande |
| Maandag | 16 | Offerande aan de Spirituele Meesters |
| Zaterdag | 21 | Volle maan Tara Offerande |
| Zaterdag | 30 | Offerande aan de Spirituele Meesters |

In verband met de LAM RIM LESSEN is de aanvangstijd van bovenstaande gebedsdiensten indien ze op VRIJDAG, ZATERDAG of ZONDAG vallen niet om 19.30 uur maar om 16.30 uur, zodat de vaste lessen alleen maar uitvallen als er een cursusweekend is!

BIJZONDERE FEEST- EN GEBEDSDAGEN 1991

**26 juni**
Wereldgebedsdag voor de wereldvrede

**6 juli**
Geboortedag van Z.H. de Dalai Lama

**15 juli**
Herdenkdag van het Eerste Onderricht van de Boeddha

**29 november**
Herdenking van de terugkeer van de Boeddha uit de hemel waar hij zijn moeder in de Leer onderwees

# Oproep aan de "achterban"

Op de in het voorgaande nummer van het Maitreya Magazine geplaatste oproep voor vrijwilligers hebben zes mensen zich aangemeld die willen helpen met het onderhoud van de gebouwen in de vorm van de zomer-schilder-periode tussen dinsdag 18 en donderdag 27 juni. Op de oproep voor vrijwilligers die Dharmacassettes willen uitschrijven van de waardevolle leringen die de afgelopen jaren door Geshe Konchog Lhundup en door bezoekende Meesters zijn gegeven, ontvingen we vijf reacties.

Hoewel dat niet erg veel is gezien de meer dan duizend abonnees die het Magazine nu heeft, zijn wij toch verheugd te mogen constateren dat bij onze achterban de bereidheid bestaat een actievere rol te spelen bij het vervullen van de doelstellingen van het Maitreya Instituut.

Met dit in gedachten herhalen we de oproep in dit nummer, en voegen daar een nieuwe aan toe die op de opvang van kinderen betrekking heeft.

**MAITREYA INSTITUUT**
**ZOEKT VRIJWILLIGERS DIE WILLEN HELPEN**
**MET HET ONDERHOUD VAN DE GEBOUWEN**

Nu we met vereende krachten en dankzij de medewerking van vele helpende handen de oude, uitgewoonde jeugdherberg van binnen hebben omgetoverd tot het lichte en gastvrije gebouw dat het nu is, willen we deze zomer de buitenkant van een nieuw verfjasje voorzien. Omdat vele handen licht werk maken nodigen we welwillenden m/v uit voor een zomer-schilder-periode tussen dinsdag 18 en donderdag 27 juni. Wij vragen slechts een bijdrage in het eten tegen kostprijs. Verder zou je gebruik kunnen maken van de meditatieruimte, van onze bibliotheek of van de mogelijkheid lezingen te beluisteren op cassettebandjes. Gewoon lekker buiten zitten mag natuurlijk ook. We zoeken echter wel serieuze medewerkers, zodat we binnen de geplande werkperiode ons gestelde doel halen.

Ben je geïnteresseerd, bel ons dan voor meer informatie en vraag naar Edward Teunissen.

**MAITREYA INSTITUUT**
**ZOEKT VRIJWILLIGERS DIE DHARMA-CASSETTES WILLEN UITSCHRIJVEN**
**VAN DE WAARDEVOLLE LERINGEN DIE DE AFGELOPEN JAREN**
**DOOR GESHELA EN BEZOEKENDE LAMA'S ZIJN GEGEVEN.**

Heb je tijd over en kun je typen of beschik je over een PC, dan kun je ons en daarmee de verspreiding van de Dharma erg goed helpen door bij jezelf thuis cassettes uit te schrijven waarop de waardevolle Dharma-lessen zijn opgenomen. Teksten kunnen na herziening door de vertaler bijvoorbeeld gepubliceerd worden in het Maitreya Magazine of kunnen in de vorm van een zgn. "transcript" voor een groter publiek beschikbaar worden gemaakt. Bel ons eens vrijblijvend voor meer informatie tijdens kantooruren (niet op maandag).

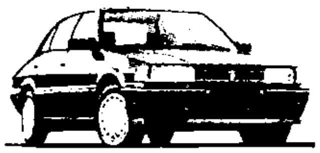
**MAITREYA INSTITUUT**
**ZOEKT VRIJWILLIGERS DIE WILLEN MEEWERKEN**
**AAN KINDEROPVANG TIJDENS CURSUSSEN**

Als u kinderen hebt en u zich daardoor belemmerd voelt in uw mogelijkheden deel te nemen aan kursussen bij het Maitreya Instituut, neem dan contact op en deel uw gedachten over een mogelijke kinderopvang met ons. Wij kunnen dan zien hoe we tot een algemene kinderopvang kunnen komen of op welke manier we deze opvang per cursus het beste kunnen invullen. Omdat wij vermoeden dat het vooral om jonge kinderen gaat willen wij het liefst in overleg met u uitzoeken welke voorzieningen gewenst en mogelijk zijn.

Maitreya
Instituut.

# Cursusinformatie

**Per bus** no: 124 is het centrum in Emst te bereiken via NS station Apeldoorn of Zwolle, als u uitstapt halte: Laarstraat. Daar is een restaurant 'De Oude Aanleg' waar u bij slecht weer kunt schuilen en iets drinken. Bij alle cursussen die om 20.00 uur beginnen halen we de cursisten af tussen 19.00 en 19.30 uur bij het restaurant. U kunt zelf ook lopend het centrum bereiken door de Laarstraat af te lopen tot u aan uw linkerhand het Maitreya Instituut tegenkomt. Elke cursist wordt verzocht pantoffels mee te nemen en zich na aankomst te melden bij de receptie. Twee lakens en een sloop zijn te huur voor *f* 5,— per keer of zelf meenemen. **Cursusgelden dienen uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus te zijn betaald.** Het is belangrijk u zo vroeg mogelijk aan te melden. De cursussen worden tegen kostprijs aangeboden. Indien uw financiële situatie dit noodzakelijk maakt kunt u vooraf verzoeken om korting.



**Per auto** bereikt u ons centrum, dat ligt aan de Heemhoeveweg 2 of Laarstraat 27 te Emst:

Vanuit Utrecht: Neem de snelweg naar Zwolle. Afslag Epe. Bij Epe zijn stoplichten. Daar rechtsaf naar Emst. Na een paar honderd meter rechtsaf, de Laarstraat in, voor het restaurant "De Oude Aanleg". Laarstraat volgen tot verharde weg overgaat in zandpad. Zandpad volgen, links inrit Maitreya Instituut.

Vanuit Apeldoorn: Neem de snelweg naar Zwolle, afslag Epe, bij stoplicht linksaf naar Emst etc. zie hierboven.

Parkeren bij de hoofdingang voor cursisten aan de Heemhoeveweg. Doorgaande paden vrijhouden is brandweervoorschrift.

## LOCATIE

De cursussen worden gehouden in het centrum van het Maitreya Instituut. Het op de Veluwe gelegen centrum omvat 7 ha bos met daarop een woonhuis (waarin zich o.a. de kantoren en de winkel bevinden) en een cursuscentrum. Daarin bevinden zich zowel de meditatie cq. lesruimte, alsook de keuken, eetzaal, ontspanningsruimte, slaapverblijven en badkamers. In de vrije tijd die men heeft kan men uitstekend fietsen of wandelen in de omgeving met veel bossen en heide (zelf een fiets meenemen of huren).

## VOORWAARDEN VOOR DEELNAME

Deelnemers aan cursussen dienen abonnee te zijn van het Maitreya Magazine voor het hele jaar 1991 en zich te houden aan de 5 voorschriften en huisregels. 1. niet doden, 2. niet stelen, 3. geen sex, 4. niet liegen, 5. geen alcoholische of bedwelmende middelen gebruiken. De maaltijden, die vegetarisch zijn, worden verzorgd door een professionele kok.

## BETALING CURSUSGELDEN

Cursusgelden dienen uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus te worden voldaan op girorekening 43.05.057 t.n.v. Maitreya Instituut te Emst met vermelding van cursusdatum.

## BEZOEK AAN GESHELA

Abonnees/cursisten die een onderhoud willen hebben met Geshe Konchog Lhundup kunnen hiervoor een afspraak maken via het kantoor. Bel 05787-1450 van dinsdag t/m zondag tussen 10-17 uur. 's Maandags gesloten.

## RETRAITES

Boeddhistische retraites, zowel voor groepen als individueel, kunnen in het centrum plaatsvinden onder deskundige leiding van onze monniken. Individuele retraites of verblijf in het centrum buiten de aangekondigde programma's is alleen mogelijk indien er een band bestaat met het centrum door deelname aan diverse cursussen, of door voldoende kennis te hebben opgedaan van de boeddhistische leer in andere centra.

## GEBEDSDIENSTEN

Gebedsdiensten of 'poedja's' worden gehouden op speciale dagen. Zo wordt tweemaal per maand de 'Offerande aan de spirituele meesters', ook wel 'goeroe poedja' genoemd, gedaan. Een lijst met data van belangrijke poedja's zal in het volgende magazine worden gepubliceerd. Informatie over het aanvragen en sponsoren van poedja's voor zieken, stervenden of speciale gebeurtenissen zoals examens en reizen vindt u in Maitreya Magazine nr. 3 jaargang 11.

## WINKEL EN RECEPTIE

Alle bezoekers en cursisten dienen zich na aankomst te melden bij de receptie in de winkel. De winkel is gespecialiseerd in alles wat een beoefenaar van het Tibetaanse boeddhisme nodig zou kunnen hebben. Er is een keur van honderden boeken, kaarten, posters, wierook, beelden, offerbakjes, boterlampen enzovoort. De winkel is open tijdens cursussen en na telefonische afspraak.

## TARIEVEN MAALTIJDEN BEZOEKERS

Bezoekers die voor korte of langere tijd in het instituut willen verblijven dienen dit met het kantoor te overleggen.
Ontbijt: *f* 5,—
Warme maaltijd: *f* 9,—
Avondeten: *f* 5,—
3 Maaltijden *f* 17,50.

## TARIEVEN OVERNACHTINGEN BUITEN CURSUSSEN

Slaapzaal: *f* 15,— p.p.p.d.
Kamer of caravan (1-2 pers.): *f* 25,— p.p.p.d.

# Programma 1991

OVERZICHT VAN DE CURSUSSEN DIE AL GEWEEST ZIJN T/M EIND MEI

**Om u een volledig beeld te geven van het pakket aan thema cursussen in de boeddhistische Leer van Soetra en Tantra zoals dat door het Maitreya Instituut jaarlijks wordt gepresenteerd, volgt hier een opsomming van de cursussen t/m mei van dit jaar.**

8 t/m 10 februari:
Korte Initiatie in de Groene Tara en Uitleg van de 21 Verzen
door: Geshe Konchog Lhundup

1 t/m 3 maart
Concentratie en de Siddhi's
door: Geshe Konchog Lhundup

16 t/m 23 maart
Groene Tara Retraite
o.l.v.: Gelong Thubten Lodreu

5 t/m 7 april
Reïncarnatie
door: Geshe Konchog Lhundup

19 t/m 21 april
De Basis van Alle Goede Eigenschappen
door: Dagpo Rinpochee
21 t/m 25 april
50 Verzen over Devotie aan de Spirituele Meester
door: Dagpo Rinpochee

26 t/m 29 mei
Nyung Nä Vasten en Zuiverings Retraite
o.l.v.: Gelong Thubten Lodreu
31 mei t/m 2 juni
Grondbeginselen van het Tibetaanse Boeddhisme
door: Gelong Thubten Lodreu

Lucienne
Geshe Konchog Lhundup

## LAM RIM LESSEN

**Elke vrijdagavond, zaterdagavond** en **zondagavond** van 19.30 tot 21.00 uur, vanaf 1 februari. (Behalve tijdens cursus-weekenden.)

Uitgebreid Lam-Rim onderricht door Geshe Konchog Lhundup in het Engels vertaald door Tenzin Lama.

Op verzoek van bewoners van het Maitreya Instituut is Geshela vorig jaar begonnen met de uitleg van de Lam-Rim tekst "Nam.drul.lag.chang", (Liberation in the palm of your hand) geschreven door Z.H. Tri Djang Rinpochee, gebaseerd op de mondelinge overdracht van de grote meester Pabongka Rinpochee. In deze tekst worden alle onderdelen van de Lam-Rim in de finesses beschreven en uitgelegd door Geshela.

Reeds behandeld zijn: de kwaliteiten van de samenstellers van de tekst, de betrouwbaarheid van de oorspronkelijke tekst, het leven van Atisha, de zes voorbereidende beoefeningen voor meditatie en toevlucht nemen.

Nu komt in de tekst aan de orde: de wet van karma en zal de tekst worden vervolgd.

Iedereen is van harte welkom deze lessen bij te wonen.

***KOSTEN: Eventueel eten en slapen (tijdig opgeven) volgens onze verblijfstarieven.***
***AANVANG: 19.30 uur in Emst.***
***AANMELDING: Telefonisch 05787-1450.***

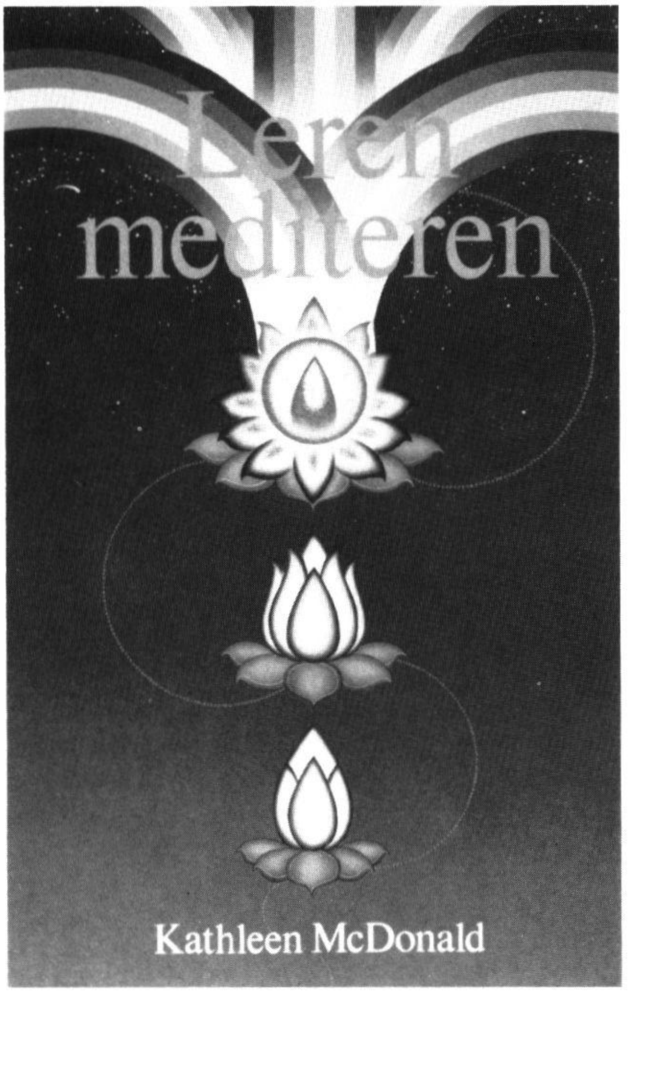
**14 t/m 16 juni**
**DE BOEDDHA VAN MEDEDOGEN EN UNIVERSELE VERANTWOORDELIJKHEID**
**Door: GESHE KONCHOG LHUNDUP**
**Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert**

De eerwaarde Geshe Konchog Lhundup zal een **korte initiatie** (djenang) geven **in de Boeddha van Mededogen, Avalokiteshvara,** in het Tibetaans Chenräzig geheten. Deze initiatie heeft de kracht om de deur naar een lagere wedergeboorte te sluiten en mag bij wijze van zegening ook ontvangen worden door degenen die nooit eerder een tantrische initiatie ontvingen.

Bovendien zal Geshela spreken over universele verantwoordelijkheid in termen van wereldbevolking, milieu en wereldvrede. Een verantwoordelijkheidsgevoel voor het welzijn van alle wezens staat centraal in het denken van de bodhisattva, die gebaseerd op mededogen en liefde voor al wat leeft zich volledig inzet voor het tijdelijke en uiteindelijke geluk van alle wezens.

De meditatie op Avalokiteshvara helpt ons deze nobele bodhisattva-motivatie te ontwikkelen.

***KOSTEN: f 120,— vol pension (slaapzaalaccommodatie).***
***AANVANG: Vrijdagavond 14 juni om 20.00 uur in Emst.***
***AANMELDING: Telefonisch 05787-1450.***



Jan Paul Kool

Avalokiteshvara

**28 t/m 30 juni**
**DEALING WITH EMOTIONS**
**Door: ANI SANGYE KHADRO (KATHLEEN MACDONALD)**
**Voertaal: Engels**

De boeddhistische non Sangye Khadro volgde haar eerste lessen in India in 1973 en ontving reeds een jaar later haar wijding in de Tibetaans boeddhistische traditie. Sedertdien werkt, studeert en mediteert ze in vele landen over de gehele wereld, terwijl ze steeds meer waardering en bekendheid geniet om haar gedegen en heldere uitleg en meditatiebegeleiding.

In Nederland is Sangye Khadro bekend door de vertaling van haar boek LEREN MEDITEREN, waarin zij op practische wijze de meest bekende en doeltreffende boeddhistische meditaties presenteert en uitlegt.

Ter kennismaking raden wij U haar boek aan en haar artikel "Over kwaadheid" dat wij publiceerden in Maitreya Magazine nr. 1 1990.

Dealing with emotions zal een cursus worden waar iedereen onder deskundige leiding leert omgaan met zijn of haar emoties die hoewel ze vaak verstorend werken toch een hoop energie in zich dragen, die positief aangewend kan worden.

***KOSTEN: f 120,— vol pension (slaapzaalaccommodatie).***
***AANVANG: Vrijdagavond 28 juni om 20.00 uur in Emst.***
***AANMELDING: Telefonisch 05787-1450.***

**vrijdag 12 juli t/m vrijdag 26 juli**
**LAM RIM ZOMERCURSUS 1991**
**UITLEG EN MEDITATIE**
**DE STADIA VAN DE WEG NAAR VERLICHTING**
**Door: GESHE KONCHOG LHUNDUP**
**Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert**

In deze jaarlijkse zomercursus over alle stadia van het boeddhistische pad naar het hoogste niveau van geestelijke en lichamelijke evolutie, de staat van volmaakt boeddhaschap, zal de eerwaarde Geshe Konchog Lhundup opnieuw alle grondbeginselen van de boeddhistische Leer uiteenzetten, zodat een goed beeld ontstaat van theorie en practijk van deze bevrijdingsleer. Al jarenlang vormt de Lam Rim zomercursus het hart en de kern van alle programma's die door het Maitreya Instituut worden georganiseerd. Gedurende de overzichtelijke meditatiecursus worden lezingen van de Tibetaanse lama, die de overdracht en de noodzakelijke informatie verschaft, afgewisseld door geleide meditatie-zittingen, zodat in een combinatie van theorie en practijk meteen een ervaring wordt opgedaan. Deze formule van lezingen en geleide meditaties, waar nodig aangevuld door discussie, ontstond in het Kopan Klooster van Lama Thubten Yeshe en Thubten Zopa Rinpochee en is ook in Nederland – over de afgelopen 12 jaar dat ze hier werd gehouden – bijzonder succesvol gebleken.

De Lam Rim traditie werd in navolging van de grote Meester Atisha oorspronkelijk geïntroduceerd door Tibetaanse lama's die de essentie van de omvangrijke boeddhistische Leer in een op de practijk gerichte vorm weergaven in één boekdeel als een goed leesbaar geheel. De eerwaarde Geshe Konchog Lhundup zal voor zijn lezingen teruggrijpen op de oorspronkelijke Lam Rim teksten van de 14de eeuwse Tibetaanse Meester Tsong Khapa, en ons met een eigentijdse uitleg daarvan wegwijs maken op de weg naar bevrijding en boeddhaschap.

Deze cursus is heel geschikt voor mensen die echt nog weinig weten van het boeddhisme, omdat op intensieve wijze in vrij korte tijd zowel inzicht als ervaring verkregen kunnen worden. Ze wordt ook ieder jaar weer bijgewoond door meer ervaren boeddhisten die de retraitesfeer aangrijpen voor een verdieping en verheldering van hun beleving.

***KOSTEN: f 750,— vol pension (slaapzaalaccommodatie). In eigen tent: f 600,—. vooruit te voldoen op girorekeningnr. 43.05.057 t.n.v. Maitreya Instituut Emst met vermelding van: Lam Rim.***
***AANVANG: Vrijdagavond 12 juli om 20.00 uur in Emst***
***AANMELDING: Telefonisch 05787-1450.***

**13 t/m 15 september**
**WORKSHOP STERVEN**
**Door: GESHE KONCHOG LHUNDUP**
**Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert**
**Gastdocente: Koosje van de Kolk**

De informatieve lezingen door de Tibetaanse Lama Geshe Konchog Lhundup over de boeddhistische verklaring van het stervensproces en het overgaan naar een ander leven, die rechtstreeks in het Nederlands worden vertaald, zullen worden omlijst door discussie en gelegenheid tot uitwisseling van ideeën en ervaringen met de nadruk op practische stervensbegeleiding.

Hiertoe zijn mensen die werkzaam zijn in die sector, waaronder Koosje van de Kolk, bereid gevonden om hun ervaring in de practische werksfeer van het begeleiden en verzorgen van stervenden met ons te delen. Het is de bedoeling dit weekend te doen plaatsvinden als een "workshop" waarbij we door uitwisseling in een sfeer van openheid ons inzicht in het stervensproces hopen te vergroten, met het doel een stervende persoon beter te kunnen bijstaan in het eindstadium van zijn of haar leven.

Omdat we vroeger of later allemaal in een situatie komen waar we in onze naaste omgeving met een stervende te maken zullen krijgen is dit thema weekend, dat theorie en practijk biedt, voor iedereen een waardevolle gelegenheid om kennis over dit onderwerp op te doen en bestaande inzichten te vergroten.

***KOSTEN: f 120,— vol pension (slaapzaalaccommodatie).***
***AANVANG: Vrijdagavond 13 september om 20.00 uur in Emst.***
***AANMELDING: Telefonisch 05787-1450.***

---

**16 september t/m 11 oktober**
**THANGKA SCHILDERCURSUS**
**Door: ANDY WEBER**
**Engelstalig**

Het Maitreya Instituut is de laatste zeven jaar zo fortuinlijk geweest om Kunst Cursussen te houden met de westerse thangkaschilder Andy Weber. Dit jaar heeft hij erin toegestemd een cursus te geven die zal lopen van 16 september t/m 11 oktober.

Gedurende deze cursus zal deskundige training worden gegeven die de studenten in de gelegenheid stelt een carriere te beginnen als thangkaschilder voor zichzelf en in het belang van Dharma centra die gekwalificeerde kunstenaars nodig hebben.

Andy Weber studeerde vele jaren aan de voeten van Tibetaanse meesters in deze religieuze kunstvorm, waar hij gedetailleerde instructies ontving die hij bereid is over te dragen op zijn studenten. Deze cursus zal daarom van de deelnemers hard werken vragen en een hoge graad van concentratie en wordt alleen aanbevolen voor toegewijde studenten.

Dit is een zeldzame gelegenheid dergelijke instructies te ontvangen die normaal alleen toegankelijk zijn in het Oosten voor de enkele gelukkige.

Het maximum aantal deelnemers is 20, dus zorg dat u snel reserveert. De cursus zal in het Maitreya Instituut worden gehouden temidden van de bossen.

In het weekend van 4 t/m 6 oktober zal geen les worden gegeven vanwege de Geshe conferentie die dat weekend in het Maitreya Instituut gehouden zal worden.

***KOSTEN: f 1500,— vol pension (slaapzaal of eigen tent) of f 1800,— vol pension (kamer/caravan).***
***AANVANG: Maandagavond 16 september om 20.00 uur in Emst.***
***AANMELDING: Telefonisch 05787-1450.***

---

**22 t/m 25 september**
**zondagavond 20.00 uur t/m woensdagavond ± 9.00 uur**
**NYUNG NÄ**
**VASTEN EN ZUIVERINGS RETRAITE**
**o.l.v. Koosje v.d. Kolk**

Deze retraite is alleen toegankelijk voor cursisten die deze beoefening als eens hebben gedaan.

Voor informatie m.b.t. inhoud, kosten en aanmelding, zie de Nyung Nä van 26 t/m 29 mei.

---

**18 t/m 20 oktober**
**DE BODHISATTVAGELOFTE EN GEDACHTENTRAINING**
**Door: GESHE KONCHOG LHUNDUP**
**Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert**

Tijdens deze cursus zal de eerwaarde Geshe Konchog Lhundup ons wegwijs maken in manieren van positief denken die een extra dimensie geven aan de dingen van alle dag en een gelegenheid verschaffen om overal en ten allen tijde heilzame indrukken op onze bewustzijnsstroom te verzamelen. De kennis over positief denken is in de Tibetaans boeddhistische traditie samengevat in een honderdtal Lo.djong teksten die sterk variëren in omvang en verschillende facetten van het positief denken benadrukken. De krachtige effecten van positief denken en meditatie op bijvoorbeeld het vertragen en soms zelf het genezen van ernstige ziekten, wordt in de academische ziekenhuizen al erkend. Zoals ook tijdens de andere thema cursussen zal de uitleg door de Tibetaanse lama worden afgewisseld door geleide meditaties op de uitgelegde stof en zal ruimschoots de gelegenheid bestaan vragen te stellen en ervaringen uit te wisselen.

***KOSTEN: f 120,— vol pension (slaapzaalaccommodatie).***
***AANVANG: Vrijdagavond 18 oktober om 20.00 uur in Emst.***
***AANMELDING: Telefonisch 05787-1450.***

**8 t/m 10 november**
**DE STADIA VAN TANTRA**
**Door: GESHE KONCHOG LHUNDUP**
**Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert**

Op veelvuldig verzoek zullen we voor de tweede maal in de geschiedenis van het Maitreya Instituut een uitleg geven van de stadia en methoden van tantra. Tijdens dit weekend zal de eerwaarde Geshe Konchog Lhundup een uitleg geven van de plaats van tantrische meditaties in het boeddhisme, die op basis van een initiatie of inwijdingsritueel en gebruik makend van het creatieve voorstellingsvermogen mogelijkheden bieden voor een versnelde spirituele groei, mits deze meditaties gebaseerd zijn op inzicht in de boeddhistische grondbeginselen en gesteund worden door een grote mate van zelfdiscipline. De vier klassen van de boeddhistische tantra en de rol van de twee stadia van Hoogste Yoga Tantra, zullen aan de hand van de Ngag.gyi Sa.lam (de Stadia en Paden van Tantra), een tekst van Akyia Yongdzin, helder en compleet worden uitgelegd. Een weekend voor de "gevorderde" boeddhist die al een tantrische sadhana beoefent en voor de beginnende boeddhist die de mogelijkheden van het tantrische pad onderzoekt. Wij bieden behalve informatie ook de gelegenheid tot discussie en uitwisseling met oudere studenten of volgelingen van het Tibetaanse boeddhisme. Een gewaagd en waardevol weekend.

***KOSTEN: f 120,— vol pension (slaapzaalaccommodatie).***
***AANVANG: Vrijdagavond 8 november om 20.00 uur in Emst.***
***AANMELDING: Telefonisch 05787-1450.***

**19 t/m 22 november**
**dinsdagavond 20.00 uur t/m vrijdagavond ± 10.00 uur**
**NYUNG NÄ**
**VASTEN EN ZUIVERINGS RETRAITE**
**o.l.v. Koosje v.d. Kolk**

Deze retraite is alleen toegankelijk voor cursisten die deze beoefening als eens hebben gedaan.

Voor informatie m.b.t. inhoud, kosten en aanmelding, zie de Nyung Nä van 26 t/m 29 mei.

**DEN HAAG**
**ISIS MAAT**
Achterraamstraat 15A
Engelse vertaling
Entree *f* 12,50
Aanvang: 20.00 uur

***10 september (dinsdagavond)***
**DYING AND IMPERMANENCE**

***22 oktober (dinsdagavond)***
**THE TWELVE LINKS OF DEPENDENT ARISING**

***12 november (dinsdagavond)***
**SYMBOLISM IN TIBETAN BUDDHISM**

**TILBURG**
**DE STROOM**
Enschotsestraat 240
Engelse vertaling
Entree *f* 12,50
Aanvang: 19.30 uur

***18 september (woensdagavond)***
**BOEDDHA-NATUUR**

***28 oktober (woensdagavond)***
**DE VIER ONMETELIJKE GEDACHTEN**

***20 november (woensdagavond)***
**DE DRIE HOOFDZAKEN VAN HET PAD**

***1 april (maandagavond)***
**HOE VERWERF JE HET WAARDEVOLLE MENSELIJKE BESTAAN?**

**UTRECHT**
**CENTRUM VOOR SPIRITUELE WEGEN**
**OUDE GRACHT 243**

**TIBETAANS BOEDDHISME**
**Door: GELONG JAMPEL PHARCHIN**

In het **najaar** zal Gelong Jempel Pharchin (Eugene) een twee-tal korte cursussen geven.
1. **Introductie in het Tibetaans Boeddhisme**
A.d.v. 'leren mediteren' van Kathleen McDonald.
2. **Basis van alle goede eigenschappen**
Voor hen met een gerichte interesse en enige bekendheid met de begrippen uit de Stadia van de Weg naar Verlichting.

Vanaf 12 september, wekelijks 8 donderdag-avonden.

**AANMELDING: Telefonisch 030-310924.**

# Maitreya Instituut


**MAITREYA MAGAZINE**
Juni, juli, augustus 1991.

**VERSCHIJNING**
Tenminste 1× per kwartaal.

**UITGAVE**
Stichting Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: 05787-1450

**REDACTIE EN VERTAALTEAM**
Gelong Jampel Pharchin
Paula de Wijs-Koolkin
Koosje v.d. Kolk
Edward Teunissen

**EINDREDACTIE**
Hans van den Bogaert

**VORMGEVING**
Alex van Baar

**ILLUSTRATIES**
Andy Weber, Nicolet van Baar e.a.

**DRUK**
Offsetdrukkerij Refo
Wallerstraat 69
3862 CN Nijkerk



**COPYRIGHT**
Stichting Maitreya Instituut 1991c.
Alle rechten voorbehouden.


**WELKOM**
Kunstuitingen over boeddhistische onderwerpen, gedichten, tekeningen, foto's e.d.

**ABONNEMENTEN**
Schriftelijk of telefonisch opgeven.
Alleen per kalenderjaar.
Het abonnement gaat in na ontvangst van uw betaling en loopt automatisch door tenzij voor 30 november schriftelijk wordt opgezegd.
De prijs is inclusief tussentijdse nieuwsbrieven *ƒ* 25,— per jaar.
Losse nummers *ƒ* 6,50 plus portokosten.

**BETALINGEN**
Voor abonnementen, cursusgelden, donaties en rekeningen: Postbank: nr. 4305057 t.n.v. Stichting Maitreya Instituut te Emst.
Bank: N.M.B. Beneden Leeuwen, rekn.nr.: 65.85.11.548.

**ADRESWIJZIGINGEN**
Gaarne één maand voor het verschijnen van dit magazine schriftelijk opgeven.

**VORIGE NUMMERS**
Steeds minder vorige nummers zijn nog uit voorraad leverbaar.

**BESTELLINGEN**
Boeken en andere Dharma-artikelen uit onze winkel en groothandel kunnen zowel schriftelijk als telefonisch worden besteld.

MEMBER OF THE F.P.M.T.

*(foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition)*

**STICHTINGSBESTUUR**
Voorzitter:
Paula de Wijs-Koolkin
Secretaris:
Margot Kool-Stumpel
Penningmeester:
Jan-Paul Kool
Bestuursleden:
Lan Tjoa
Rijn Kaales
Marcel Bertels

**MANAGEMENT COMITÉ**
Gelong Jampel Pharchin
Paula de Wijs-Koolkin
Lan Tjoa
Edward Teunissen
Floris Veen
Hans van den Bogaert

**TELEFOON 05787-1450**

Het kantoor van het instituut is telefonisch bereikbaar van 10.00-12.30 uur en van 14.00-17.00 uur. Op andere tijden of als we niet bereikbaar zijn kunt u een boodschap inspreken in ons antwoordapparaat. 's Maandags gesloten.

**DOELSTELLING**
De stichting stelt zich tot doel:
Het bevorderen van de interesse en studie, het beoefenen en uitbreiden van het boeddhisme, v.n.m.l. in de vorm waarin het in TIBET heeft bestaan en te komen tot een vruchtbare integratie van Oosterse en Westerse filosofieën in Nederland.

**ƒ 300,– KORTING-DONATEUR 1991**
De beste manier om het Maitreya Instituut te steunen waarbij u tevens het grootste voordeel heeft is om *ƒ* 300,— KORTING-DONATEUR 1991 te worden voor *ƒ* 25,— per maand. Hiervoor worden alleen **automatische overboekingen** geaccepteerd op onze postbankrekening nr.: 4651510 t.n.v. Maitreya Instituut te Emst. U kunt gebruik maken van een machtigingskaart. U krijgt dan 2× per jaar het Engelstalige blad Mandala en 4× per jaar Mandala nieuwsbrieven. Verder krijgt u **20% korting** op boeken, kaarten, posters en wierook **in onze winkel** (ook voor telefonische bestellingen) en **10% korting** op **alle cursussen** in het Maitreya Instituut. En u bent automatisch FPMT-Lid, hetgeen steeds meer voordelen oplevert bij bezoeken aan een van de 52 aangesloten centra in de hele wereld. Let op! Hierbij is geen abonnement op het Maitreya Magazine inbegrepen.

**DONATEURS**
Donaties waar geen korting tegenover staat zijn vanaf 1990 aftrekbaar van de inkomstenbelasting. Voorwaarde is dan dat het totaal aan donaties aan instellingen als het Maitreya Instituut (of bijv. het Rode Kruis etc.) minimaal 1% en maximaal 10% van uw bruto inkomen bedragen.

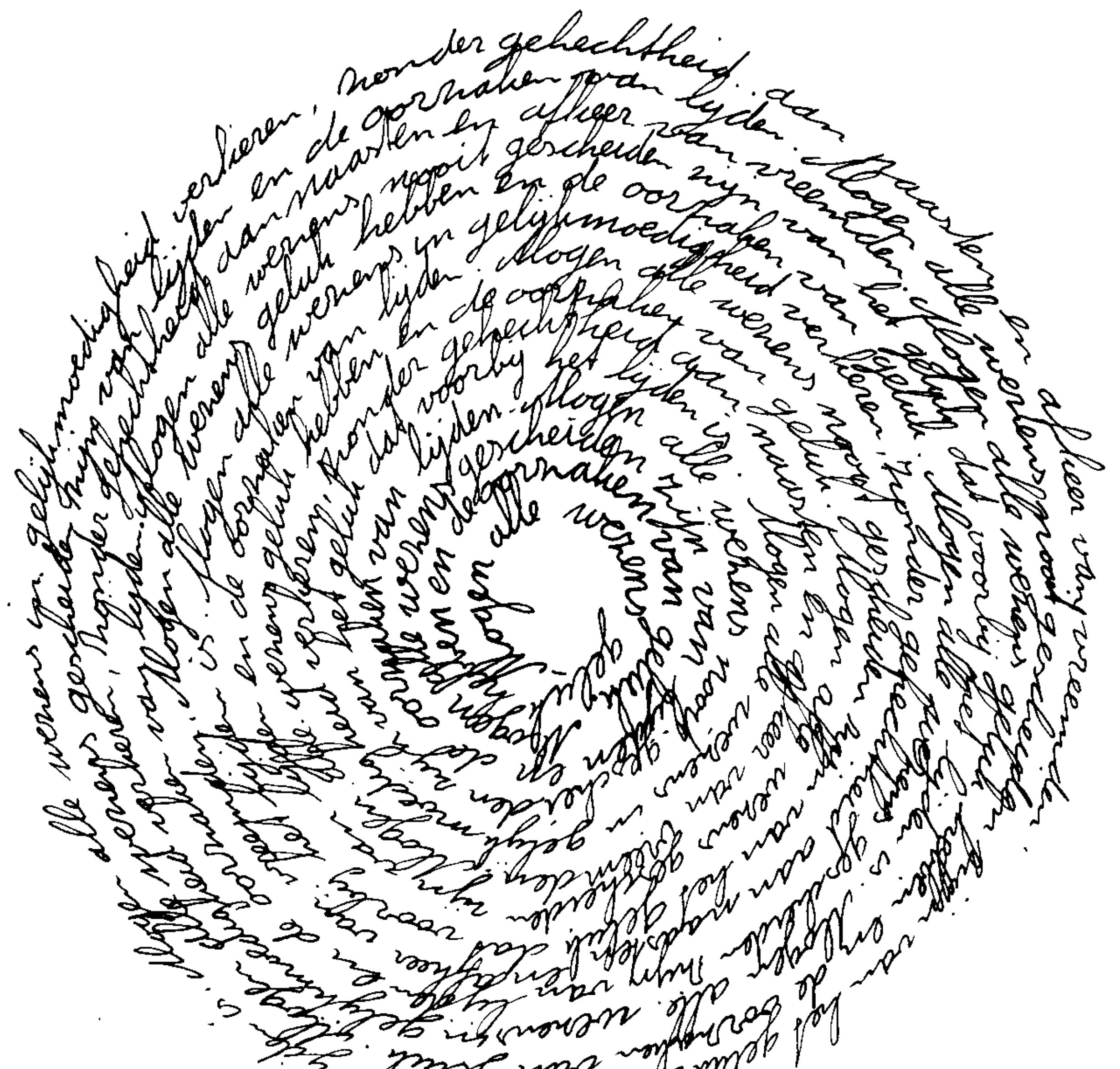
**ƒ 100,– MAITREYA MAGAZINE ABONNEE 1991 & FPMT-LID 1991**
Voor minder draagkrachtigen is er ook een mogelijkheid om uw betrokkenheid bij het Maitreya Instituut te laten blijken door *ƒ* 100,— Abonnee & FPMT-Lid te worden voor dit bedrag. U krijgt dan 4× per jaar het Maitreya Magazine en eventuele nieuwsbrieven en 2× het Engelstalige blad Mandala en 4 nieuwsbrieven per jaar.

**DONATEUR GESHE ACTIE**
Voor het verblijf en onderhoud en voor de komst van Geshe Konchog Lhundup en zijn vertaler naar Nederland is een apart fonds gesticht. Deelnemers aan deze actie storten een maandelijks bedrag van minimaal *ƒ* 10,— voor de periode van ten minste 1 jaar, of doen een éénmalige bijdrage op onze post- of bankrekening met vermelding van: Geshe actie, en ontvangen 20% korting op cursussen gegeven door Geshela. De donateurs worden regelmatig op de hoogte gehouden van de actie.

**LEENFONDS**
Deelnemers aan het leenfonds kunnen bedragen vanaf *ƒ* 2500,— storten op rekeningnr.: 68.15.69.506 van de N.M.B.-Bank te Beneden Leeuwen t.n.v. Stichting Maitreya Instituut. Deelnemers ontvangen geen rente maar een certificaat voor het bedrag van de lening en de garantie dat het geld binnen vijf dagen na het ontvangen van uw opdracht retour wordt gestort op een door u aangegeven rekening.

**VOORPLAAT**
Foto: Maitreya Boeddha door Jan-Paul Kool.

**Bezoekers aan ons centrum of onze winkel in Emst zijn altijd van harte welkom, echter alleen na telefonische afspraak. Het centrum is 's maandags gesloten, bel ons dus niet op maandag.**


alle wezens in gelijkmoedigheid verkeren, zonder gehechtheid aan
afkeer van vreemden.